அகமே புறம்

வ. உ. சிதம்பரம்.

S. W Sankaranarayanaiyar
Hardware merchant
Tuticorin

அகமே புறம்.

101

k

இதன் காகிதம் முதலியன சுதேசியம்.

Sri. Sankaranarayanan
Thoovi Merchant
Tuticorin
20-6-14

உ

கடவுள் துணை.

அகமே புறம்.

ஸ்ரீமான்

வ. உ. சிதம்பரம் பிள்ளையவர்கள்

சச்சிதானந்தம் பிரஸ்,

சென்னை.

1914.

ஸ்ரீமான் வ. உ. சிதம்பரம்பிள்ளையவர்கள்

இயற்றியுள்ள

மனம்போல வாழ்வு.		விலை அணா எட்டு.
அகமே புறம்.		விலை அணா எட்டு.
மெய்யறம்.	(அச்சில்)	விலை அணா எட்டு.
மெய்யறிவு.	(அச்சில்)	விலை அணா எட்டு.
பாடற்றிரட்டு.	(அச்சில்)	விலை அணா எட்டு.

பாயிரம்

இந்நூல் ஸ்ரீ ஜேம்ஸ் ஆலன் இயற்றியுள்ள "அகத்திலிருந்து புறம்." என்று பொருள்படும் பெயரினையுடைய ஆங்கில நூலின் மொழிபெயர்ப்பு. இதனைக் கற்போர் எளிதாகக் கொள்ளுமாறு இதன் முதனூலிலுள்ள 'உயர்தர வாழ்வு' என்னும் ஓர் அதிகாரத்தை இதில் நான்கு சிறிய அதிகாரங்களாக அமைத்துள்ளேன்.

அறநூல்களைக் கற்று நிற்போரே இந்நூலைச் சொல்வதற்கு உரியர். கைம்மாறு கருதாது சுருதி, யுத்தி, அநுபவங்களால் விளக்கிச் சொல்லுதலே இதனைச் சொல்லும் முறை. இம்மை மறுமைப் பயன்களை அடைய விரும்புவோரே இதனைக் கற்றற்கும் கேட்டற்கும் உரியர். இதன் பொருள்களைக் கசடறக் கற்றுக் கைக்கொண்டு ஒழுகுதலே இதனைக் கற்கும் முறை.

இந்நூலைத் தமிழறிந்த ஒவ்வொரு ஆடவரும் பெண்டிரும், சிறுவரும் சிறுமியரும், கற்கவேண்டு மென்பதும், இந்நூல் நமது நாட்டில் நிலவும் பல மொழிகளிலும் மொழிபெயர்க்கப்பட வேண்டுமென்பதும், இந்நூல் என்ஞான்றும் நிலை பெற்று நமது நாட்டில் நிலவவேண்டு மென்பதும் எனது கோரிக்கை.

சென்னை. வ. உ. சிதம்பரம் பிள்ளை.

அறத்தைக் காணு அறிவே மரமாம் ;
அறத்தைப் பிழைத்த அறிவே மிருகம் ;
அறத்தைப் புரியும் அறிவே மனிதன் ;
அறத்தைக் காக்கும் அறிவே கடவுள்.

பொருட் குறிப்பு.

முதனூற் பாயிரம்.

சீனதேயத்துத் தத்துவ ஞானியாகிய **கான்பூஸியஸ்** என்பவர் "சகல அபிவிர்த்திகளுக்கும் சகல அறவளர்ச்சிகளுக்கும் ஒருவன் தன்னைச் சான்றோனாக்குதலே அடிப்படை." என்றனர். இம்முதுமொழி சுலபமானதாகவும், அநுபவத்திற் கொத்ததாகவும், தெளிவானதாகவும் இருப்பதுபோல ஆழ்ந்ததாகவும், எல்லாப் பொருள்களும் அடங்கியதாகவும் இருக்கிறது; அறிவை அடைதற்கும் உலகத்திற்கு உதவி புரிதற்கும் இதனினும் நல்ல வழி யில்லையாகலான். தன்னைச் சான்றோனாக்குதலினும் மேம்பட்ட வேலையாவது, உயர்ந்த கருமமாவது இல்லை. எவன் குற்றமற்றவனாதற்குக் கற்கிறானோ, எவன் தூய அகத்தினனாதற்கு முயல்கிறானோ, எவன் சாந்தியும், ஞானமும், சான்றாக நோக்குந் தன்மையும் பொருந்திய ஒரு மனத்தை அடைவதை இலக்ஷியமாகக் கொண்டிருக்கிறானோ அவன் மனிதர் செய்யக்கூடிய செயல்கள் எல்லாவற்றினும் மேலான செயலைச் செய்து கொண்டிருக்கிறான். அவனது அச்செயலின் பயன் ஒழுங்கும், இன்பமும், அழகும் வாய்ந்த ஒரு வாழ்க்கையாக அவன் பால் அமையும்.

ஜேம்ஸ் ஆலன்.

சிறப்புப் பாயிரம்.

இந்நூலை ஆக்கியவர் நமது தேசாபிமானியும், மதுரைத் தமிழ்ச் சங்கப் புலவரும், எனது நண்பருமாகிய ஸ்ரீமான் வ. உ. சிதம்பரம் பிள்ளை. இவர் இராஜ நிந்தனைக் குற்றத்திற்காக ஆறு வருடம் நாடு கடத்தல் தீர்ப்பையேற்றுக் கோயமுத்தூர்ச் சிறை வீட்டில் வாழ்ந்திருந்த காலத்தில் இது இயற்றப் பெற்றது.

இதன் முதனூல் "அகத்திலிருந்து புறம்" என்று பொருள்படும் பெயரைக் கொண்டிருப்பினும் நமது தமிழ் வழக்கிற்கு ஒத்தவாறு இதற்கு "அகமே புறம்" என்று பெயரிடப்பட்டுள்ளது. இதனை நம்மவர் விருப்பொடு கொள்ளுமாறு இதன் முதனூலாசிரியரின் கருத்துக்கட் கிணங்கிய தமிழ் நூலாசிரியர்களின் முதுமொழிகள் சில இதில் ஆங்காங்குச் சேர்க்கப்பட்டுள்ளன.

இதில் அறம், பொருள், இன்பம், வீடு என்னும் நான்கினையும் சுலபமாக அடைதற்குத் தக்க மார்க்கங்கள் தெளிவாகக் கூறப்பட்டுள்ளன. இதிற் கூறியுள்ளவாறு ஒழுகுபவர் தாம் வேண்டும் இகபர நிலைகளையெல்லாம் அடைவர். இது தமிழ் தெரிந்த ஒவ்வொருவர் அகத்துள்ளும் புகுந்து அவர் வசிக்கும் இடமெல்லாம் நிலவுக. எல்லாம் வல்ல இறைவன் துணை.

சென்னை.
1-4-14.

ஸ்வாமி வனஜானந்தன்.

முதனூற் செய்யுள்.

நின்னுடை யகத்தை நீதூய தாக்கி
னின்னுடை வாழ்வு நிதியழ கினிமை
மன்னியெஞ் ஞான்றும் வளர்ந்து நிற்கும்;
நின்னுடை மனத்தை நீதினங் காப்பி
னின்னுடை வாழ்வு நீடித்து நிற்கும்,
ஆண்மையும் வலிமையும் அழகு மெய்தும்;
நின்னுடை பகையெலா நின்னுடை யகத்துளு
நின்னுடை மனத்துளு நிற்ப வாகலி
னென்றுநினை வெல்லா தூறுநோய் செயாது;
நின்னுயர் வீடு நின்னுடை யகத்துளு
நின்னுடை மனத்துளு நிற்ப தறிகவே.

அகமே புறம்.

காப்பு.

அகமே புறமே யனைத்துமே யாகி
அகமே விளங்கு மறிவே—'அகமே
புற'மெனச் சொல்லப் புகுந்தவிந் நூலைத்
திறமெனச் சொல்லச்·செயும்.

அடக்கம்.

"அடக்க மமரரு ளுய்க்கு"மென் றாசான்
நடக்கு நெறியை நவில—அடக்கம்
அவாவிநிற் கின்றே னதுசிறிது மில்லேன்
தவாவள முற்ற தலத்து.

வேண்டல்.

அன்புற் றமர்ந்த வழக்கென்ப வையகத்
தின்புற்று ரெய்துஞ் சிறப்பென்றான்-முன்புலவ
ருதலினு லெல்லாரு மன்புற் றறஞ்செய்து
வேதநெறி நின்றுணர்க மெய்.

அகமே புறம்

அகமும் புறமும்.

அகத்தை யொத்தே புறம் (வாழ்வு) அமைகின்றது. அகம் இடைவிடாது புறமாகிக் கொண்டிருக்கின்றது. எதுவும் வெளிப்படாமல் இருப்பதில்லை. எது மறைபட்டிருக்கிறதோ அது சிறிது காலத்திற்கு மட்டுமே மறைபட்டிருக்கிறது. அது முதிர்ந்து கடைசியாக வெளிப்பட்டே விடுகிறது. வித்து, மரம், மலர், கனி இவை ஒன்றன்பின் ஒன்றாகவும், ஒன்றிலிருந்து ஒன்றாகவும், எந்த முறையில் வெளிப்பட்டு நிலவுகின்றனவோ அந்த முறையிலேயே பிரபஞ்சமும் நிலவுகின்றது. மனிதனது அகத்தின் நிலைமையிலிருந்து அவனது புறத்தின் நிலைமைகள் வருகின்றன. அவனது நினைப்புக்கள் அவனுடைய செயல்களாக மலர்கின்றன. அவனது செயல்கள் அவனுடைய ஒழுக்கமும் புறநிலைமையுமாகிய கனிகளைக் கொடுக்கின்றன.

அகமே புறம்

மரம் எப்பொழுதும் பூமியின் அகத்தி லிருந்தே வெளிப்பட்டுக் கொண்டிருத்தல் போல வாழ்வும் எப்பொழுதும் மனிதனது அகத்தி லிருந்தே வெளிப்பட்டுக்கொண்டிருக் கிறது. நிலத்துள் புதைபட்டுள்ள வித்துக் கள் நாளடைவில் இலைகளாகவும், மலர்களாக வும், கனிகளாகவும் வெளிப்படுதல்போல அக த்துள் புதைபட்டுள்ள நினைப்புக்களும் நாள டைவில் சொற்களாகவும், செயல்களாகவும், செய்து முடிக்கப்பட்ட காரியங்களாகவும் வெ ளிப்படுகின்றன.

மறைபட்டுள்ள ஊற்றுவாய்களி லிருந்து எப்படி ஊற்றுநீர் வெளிப்படுகின்றதோ அப்ப டியே மனிதனது வாழ்வும் மறைபட்டுள்ள அவ னது அகமூலங்களிலிருந்து வெளிப்படுகின் றது. நிகழ்காலத்தில் அவன் எந்நிலைமைகளில் இருக்கிறானோ அவையும், நிகழ்காலத்தில் அவன் எவற்றைச் செய்கிறானோ அவையும், அவன் அகத்திலிருந்தே வந்திருக்கின்றன. எதிர்காலத்தில் அவன் எந்நிலைமைகளில் இருப் பனோ அவையும், எதிர்காலத்தில் அவன் எவற்றைச் செய்வனோ அவையும், அவனது அகத்தினின்றே உற்பத்தியாகும்.

அகமும் புறமும்.

சுகமும் துக்கமும், மகிழ்வும் நோவும், திடமும் அச்சமும், விருப்பும் வெறுப்பும், அறிவும் மடமையும் அகத்திலன்றி வேறு எங்கும் இல்லை. அவை யாவும் மனோ நிலைமைகளே யன்றி வேறல்ல.

மனிதன் தனது அகத்தின் அரசன்; தனது மனத்தின் காவலன்; தனது வாழ்க்கையாகிய கோட்டையின் தனிக் காப்பாளன். அவன் அந்த முறைமையில் ஊக்கமேனும் தூக்கமேனும் கொண்டிருக்கக் கூடும். அவன் தனது அகத்தை மேலும் மேலும் எச்சரிக்கையுடன் வைத்துக்கொண்டிருக்கக் கூடும். அவன் தனது மனத்தை அதிகப் பிரயாசத்தோடு பாதுகாத்துச் சுத்தப்படுத்திக் கொள்ளக்கூடும்; அவன் நியாயமற்ற நினைப்புக்களை நினையாது தன்னைக் காத்துக் கொள்ளக்கூடும். இஃது அறிவு விளக்கத்திற்கும் இன்பப்பேற்றிற்கும் மார்க்கம். இதற்கு மாறாக, அவன் தனது ஒழுக்கத்தைச் சரியாகத் திருத்துவதாகிய மேலான கடமையைச் செய்யாது எச்சரிக்கையும் திருத்தமு மின்றி வாழக்கூடும். இஃது அறிவு மயக்கத்திற்கும் துன்ப அடைவிற்கும் மார்க்கம்.

அகமே புறம்

ஒரு மனிதன் தனது வாழ்வு முழுவதும் தனது மனத்தினின்றே வருகிற தென்று அறிவானானல் அப்பொழுதே அவனுக்குப் பேரின்பவீட்டின் வழி திறக்கப்பட்டிருக் கிறது. அவன் அப்பொழுது தனது மனத்தை ஆள்வதற்கும் தனது இலட்சியத்திற்குத் தக்க படி தன்னைத் திருத்திக்கொள்வதற்கும் தக்க வலிமை தன்னிடத்தில் இருப்பதைக் காண் பான். அப்படியே அவன் முற்றும் மேம்பா டான நினைப்பையும் செயலையும் மேற்கொண்டு நேராகவும் உறுதியாகவும் நடப்பான். அவ னுக்கு வாழ்க்கை இனியதாகவும் தூயதாக வும் அமையும். அவன், சிறிது முன்னாக வோ பின்னாகவோ, சகல தீமைகளையும் சகல கவலைகளையும் சகல துன்பங்களையும் போக்கி விடுவான். ஏனெனில், தனது அகத்தின் வாயி லைத் தளராத ஊக்கத்துடன் காத்து வருகிற ஒரு மனிதன் ஞானத்தையும் துக்க நிவிர்த்தி யையும், சுகப் பிராப்தியையும் அடையாமல் இரான்.

மனத்தின் தன்மையும் வன்மையும்.

மனம் வாழ்வை விதிக்கும் நியந்தா; நிலைமைகளைச்சிருஷ்டித்துத்திருத்தும் கர்த்தா; தனது சொந்த பலன்களை அநுபவிக்கும் போக்தா; பொய்யைச் சிருஷ்டிக்கும் திறனும் மெய்யைக்காணும் திறனும் மனத்திற்கு உண்டு. ஆன்றோரும் "மனத்தானா மாந்தர்க் குணர்ச்சி" என்று கூறியுள்ளார்.

மனம் தளர்ச்சியின்றி வாழ்க்கைநிலைமை யாகிய வஸ்திரத்தை நெய்து கொண்டிருக் கிறது; நினைப்பு நூல்; நல்ல செயல்களும் தீய செயல்களும் பாவும் ஊடும்; ஒழுக்கம் வாழ்வா கிய தறியில் நெய்யப்படும் வஸ்திரம். மனம் தான் நெய்த வஸ்திரத்தால் தன்னை உடுத்திக் கொள்கிறது.

மனிதன் மனத்தையுடைய உயிராகை யால் மனத்தின் சகல சக்திகளையும் உடைய வனா யிருக்கிறான். தான் விரும்புவனவற்றை யெல்லாம் அடைதற்குத் தக்க கருவிகளைக்

கொண்டிருக்கிருன். அவன் தனது அநுப வத்திஞல் கற்கிருன்; அவன் தனது அநுபவத்தை மிகுக்கவும் குறைக்கவும் கூடும். அவன் பிறரால் எந்த இடத்திலும் கட்டுப்பட்டிருக்க வில்லை; ஆனல், அவன் தானே தன்னைப் பல இடங்களில் கட்டுப்படுத்தி யிருக்கிருன்; அவன் தானே தன்னைக் கட்டுப்படுத்தி யிருப்பதால், அவன் நினைத்த மாத்திரத்தில் தானே தன்னை அக்கட்டிலிருந்து நீக்கிக் கொள்ளக் கூடும். அவன் தான் விரும்புகிறபடி தீயனே அல்லது தூயனே, கீழோனே அல்லது மேலோனே, மடையனே அல்லது அறிஞனே ஆகக் கூடும். அவன் சில செயல்களைத் திரும்பத்திரும்பச் செய்து பழக்கங்களாக்கி கொள்ளலாம்; அவன் அவற்றிற்கு மறுதலையான செயல்களை மேன்மேலும் செய்து அப்பழக்கங்களை அழித்து விடலாம். அவன் மெய்ப்பொருள் முழுவதும் தனக்கு மறைபடும் வரை தன்னைச் சுற்றிப் பொய்களை அமைத்துக் கொள்ளக் கூடும்; அவன் மெய்ப்பொருளைப் பூரணமாகக் காணும் வரை தன்னைச் சுற்றியுள்ள பொய்களை ஒன்றன்பின் ஒன்ருக அழித்துவிடக் கூடும். அவன் செய்யக் கூடியன அளவற்றன; அவன் பூரண சுவதந்தரத்தை யுடையவன். ஆன்ஞேரும்

மனத்தின் தன்மை.

"நன்னிலைக்கட் டன்னை நிறுப்பானுந் தன்னை
நிலைகலக்கிக் கீழிடு வானு—நிலையினு
மேன்மே லுயர்த்து நிறுப்பானுந் தன்னைத்
தலையாகச் செய்வானுந் தான்."

என்று கூறியுள்ளார்.

தனது சொந்த நிலைமைகளைச் சிருஷ்டித்துக் கொள்வதற்கும், தான் வாழ்வதற்குத் தக்க நிலைகளைத் தெரிந்துகொள்வதற்கும் ஏற்ற சக்தி மனத்தினிடத்தில் உண்டு. மனம் எந்த நிலைமையையும் மாற்றுதற்கும், எந்த நிலைமையையும் விட்டொழித்தற்கும், வல்லமையுடையது. ஆன்றோரும்

"கெடுக்க வல்லதுங் கெட்டவர் தங்களை
யெடுக்க வல்லது மிம்மனம்......... "

என்று கூறியுள்ளார்.

அது பல நிலைமைகளை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக அநுபவித்து அவற்றின் ஞானத்தை அடையுங் காலையில் தனது நிலைமைகளை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக மாற்றிக் கொண்டும் கைவிட்டுக்கொண்டும் இருக்கிறது.

உள்நோக்கும் நினைப்புக்கள் ஒழுக்கத்தையும் வாழ்வையும் உண்டு பண்ணுகின்றன; நினைப்புக்களை மனிதன் தனது விருப்பத்தாலும் முயற்சியாலும் திருத்திக் கொள்ளவும்

மாற்றிக் கொள்ளவும் கூடும். பழக்கமும் பல வீனமும் பாவமுமாகிய தளைகள் தன்னுலேயே யுண்டுபண்ணப் படுகின்றவை ; அவை தன்னுல் மாத்திரம் அழிக்கப்படக் கூடும்; அவை ஒருவனுடைய மனத்திலன்றி வேறெங்கும் இல்லை; அவை புறப்பொருள்களோடு சம்பந்தப்பட்டிருந்த போதிலும் அவை உண்மையில் அப் புறப்பொருள்களின்கண் இல்லை. புறம் அகத்தால் ஆக்கவும் திருத்தவும் படுகிறது. அகம் ஒருபோதும் புறத்தால் ஆக்கப்படுவதும் திருத்தப்படுவதும் இல்லை. மனக்கவர்ச்சிக்கு ஏது புறப்பொருளில் இல்லை; ஆனல், அப்பொருளின்மீது மனம் கொண்டிருக்கிற ஆசையில் இருக்கிறது. துன்பமும் நோவும் புறப்பொருள்களிலும் வாழ்வின் சம்பவங்களிலும் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கவில்லை; ஆனல், அப்பொருள்களை அல்லது சம்பவங்களைப்பற்றிய மனத்தின் ஓர் ஒழுங்குபடாத நிலைமையில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கின்றன. தூய்மையால் ஒழுங்கு செய்யப்பட்டு, ஞானத்தால் பலப்படுத்தப்பட்ட மனம் பிரிக்கக்கூடாத வண்ணம் துன்பத்தோடு கட்டப்பட்டுள்ள சகல அவாக்களையும் காமங்களையும் ஒழித்துத் தெளிவையும் சாந்தியையும் அடைகிறது.

மனத்தின் தன்மை.

பிறரைக் கெட்டவர் என்றலும், கெடுதிக்கு மூலம் புறநிலைமைகள் என்றெண்ணி அவற்றோடு போராடுதலும் உலகத்தின் துன்பத்தையும் அமைதியின்மையையும் அதிகப்படுத்துவதன்றிக் குறைப்பதில்லை. புறம் அகத்தின் நிழல், அகத்தின் காரியம். அகம் சுத்தமாயிருக்கும் பொழுது புறத்திலுள்ள சகல காரியங்களும் சுத்தமாயிருக்கின்றன. ஆன்றோரும்

"கற்றதங் கல்வியுங் கடவுட் பூசையு
நற்றவ மியற்றலு நவையி ரூனமு
மற்றுள வறங்களு மனத்தின் பாலழுக்
கற்றவர்க் கேபய னளிக்கு மென்பரால்."

என்று கூறியுள்ளார்.

சகல வளர்ச்சியும் வாழ்வும் அகத்திலிருந்து புறத்திற்கு வருகின்றன; சகல தேய்வும் அழிவும் புறத்திலிருந்து அகத்திற்குச் செல்கின்றன. இது பிரபஞ்சத்தின் ஒரு பொது விதி.

சகல விரிவுகளும் அகத்திலிருந்து நிகழ்கின்றன; சகல திருத்தங்களும் அகத்தில் செய்யப்படவேண்டும். எவன் பிறரோடு போராடுதலை விட்டுத் தனது மனத்தைத் திருத்துவதிலும், பலப்படுத்துவதிலும், வளர்ப்பதிலும், தனது சக்திகளைப் பிரயோகிக்கிறானோ அவன்

தனது சக்திகளையெல்லாம் ஒருமுகப்படுத்தித் தன்னைப் பாது காத்துக் கொள்ளுகிறான்; அவன் தனது மனத்தைச் சமநிலையில் நிற்கச் செய்த பொழுது தனது இரக்கத்தாலும் ஈகையாலும் பிறரையும் அந்த நல்ல நிலைமைக்குக் கொண்டு வருகிறான்; ஏனெனில், ஒருவன் பிறருடைய மனத்தை நடத்துவதும் ஆளுவதும் ஞானத்துக்கும் சாந்திக்கும் வழிகள் அல்ல; தனது சொந்த மனத்தின் மீது தனது நியாயமான அதிகாரத்தைச் செலுத்துவதும் உயர்தர ஒழுக்கங்களாகிய சன்மார்க்கங்களில் தன்னை நடத்துவதும் ஞானத்துக்கும் சாந்திக்கும் வழிகள்.

ஒருவனுடைய வாழ்வு அவனது அகத்தினின்றும் அவனது மனத்தினின்றும் வருகிறது. அவன் அந்த மனத்தைத் தனது சொந்த நினைப்புக்களையும் செயல்களையும் கலந்து உண்டுபண்ணி யிருக்கிறான். அவன் தனக்கு வேண்டும் நினைப்புக்களைத் தெரிந்தெடுத்துத் தனதுமனத்தைத் திருத்தும் சக்தியை உடையவன். ஆகையால், அவன் தனது வாழ்வையும் திருத்திக் கொள்ளக் கூடும். ஆன்றோரும்

"ஊழையு முப்பக்கங் காண்ப ருலைவின்றித்
தாழா துஞற்று பவர்."

என்று கூறியுள்ளார்.

பழக்கத்தை உண்டாக்கல்.

நிலைத்த மனோநிலைமை ஒவ்வொன்றும் மனிதனால் ஏற்பட்ட பழக்கம்; அது திரும்பத் திரும்பத் தொடர்ந்து நினைக்கப்பட்டதால் பழக்கமாகி யிருக்கிறது. தளர்ச்சியும் உற்சாகமும், வெகுளியும் பொறுமையும், இவறன்மையும் ஈகையும், உண்மையில் மனத்தின் சகல தன்மைகளும், மனிதனால் தெரிந்துகொள்ளப்பட்ட நினைப்புக்கள்; அவை தாமாக நிகழும் வரை திரும்பத் திரும்ப நினைக்கப்பட்டுப் பழக்கங்களாகி யிருக்கின்றன. அடிக்கடி நினைக்கப்பட்ட ஒரு நினைப்பு, கடைசியில் மனத்தின் ஒரு ஸ்திரமான பழக்கமாகின்றது. அத்தகைய பழக்கங்களிலிருந்து வாழ்க்கை வருகின்றது.

தனது அநுபவங்களைத் திரும்பத் திரும்பக் கொள்ளுதலால் அறிவை அடையும் இயற்கை யுள்ளது மனம். முதலில் கிரகிப்பதற்கும் சிந்திப்பதற்கும் அதிகப் பிரயாசமாகத் தோன்றும் ஒரு நினைப்பு அடிக்கடி மனத்திற் கொள்

ளப்படுதலால் பழக்கமும் இயற்கையும் ஆகின்றது. ஒரு சிறுவன் ஒரு கைத்தொழிலைக் கற்கத் தொடங்குங் காலத்தில் தனது கருவிகளைச் சரியாகப் பிடிக்கவும் முடியாது, உபயோகிக்கவும் முடியாது. ஆனால், அவன் திரும்பத் திரும்ப நீண்டகாலம் அப்பியாசம் செய்தபின்னர் அவற்றை மிகச் சுலபமாகவும் சாமர்த்தியமாகவும் உபயோகிக்கிறான். அதுபோல, முதலில் அடைவதற்கு முடியாததாகத் தோற்றும் ஒரு மனோபாவம் விடாமுயற்சியாலும் அப்பியாசத்தாலும் கடைசியில் அடையப்பட்டு, முயற்சியின்றி இயற்கையாக நிகழ்கின்ற ஒரு நிலைமை ஆகின்றது.

தனது பழக்கங்களையும் நிலைமைகளையும் ஆக்கற்கும் திருத்தற்கும் மனத்திற்கு வலிமையுண்டு. இவ்வலிமை மனிதனது முத்திக்குக் காரணமாக இருப்பதுந்தவிரத் தன்னை ஆளுதலால் அடையப்படும் பூரண சுதந்தரத்தையடையும் வழியைக் காட்டுகிறது. ஏனெனின், ஒரு மனிதன் தீய பழக்கங்களை உண்டு பண்ணிக் கொள்ளும் சக்தியை உடையவனாயிருப்பதுபோல நல்ல பழக்கங்களை உண்டு பண்ணிக் கொள்ளும் சக்தியையும் உடையவனா

யிருக்கிறான். இப்பொழுது நான் சொல்லும் விஷயத்தைச் சிறிதுவிளக்கிக் கூறவேண்டுவது அவசியம். இதனைப் படிப்பவரும் ஆழ்ந்து கவனிக்க வேண்டும்.

சரியான காரியத்தைச் செய்தலினும் பிசகான காரியத்தைச் செய்தல் எளிதென்றும், புண்ணியத்தைச் செய்தலினும் பாவத்தைச் செய்தல் எளிதென்றும், சாதாரணமாகச் சொல்லப்படுகிறது. அந்நிலைமை அநேகமாக எல்லோராலும் நித்தியத்தன்மை யுடையதெனக் கொள்ளத் தக்கதாகி விட்டது. ஆசிரிய சிரேஷ்டரான புத்தரும் "தீய வினைகளையும் நமக்குத் துன்பத்தைத் தரும் வினைகளையும் செய்தல் எளிது; நல்ல வினைகளையும் நமக்கு இன்பத்தைத் தரும் வினைகளையும் செய்தல் அரிது." என்று கூறியுள்ளார். இது மனித சமூகம் சம்பந்தப்பட்ட மட்டில் உண்மையானாலும் மனிதர் அபிவிர்த்தி யடையும் மார்க்கத்தில் கண்டு கழிக்கும் ஒரு அநுபவமே யன்றிப் பொருள்களின் ஸ்திரமான நிலைமையன்று, நித்தியத் தன்மை யுடையதன்று; சரியான காரியத்தைச் செய்தலினும் பிசகான காரியத்தை செய்தல் மனிதர்களுக்குச் சுலப

மாகத் தோற்றுவதற்குக் காரணம் அவர்களிடத்திலுள்ள மடமையும் அவர்கள் வாழ்வின் நோக்கத்தையும் பயனையும் அறியாமையுமே. ஒரு குழந்தை எழுதுதற்குக் கற்றுக் கொள்ளுங் காலையில் எழுதுகோலைப் பிசகாகப் பிடித்தலும் அக்ஷரங்களைப் பிசகாக எழுதுதலும் அதற்கு மிகச் சுலபமாகவும், எழுதுகோலைச் சரியாகப் பிடித்தலும் அக்ஷரங்களைச் சரியாக எழுதுதலும் அதற்கு மிகப் பிரயாசமாகவும் தோற்றுகின்றன; விடாமுயற்சியாலும் அப்பியாசத்தாலும் ஒழிக்கக்கூடிய எழுதுதற்றொழிலின் அறியாமை அதனிடத் திருத்தலான். கடைசியாக அவ்வஞ்ஞானம் நீங்கிய பின்னர் எழுதுகோலைச் சரியாகப் பிடித்தலும், அக்ஷரங்களைச் சரியாக எழுதுதலும் அக்குழந்தைக்கு இயற்கையும் சுலபமுமாகி விடுகின்றன. அக்காலத்தில் பிசகான காரியத்தைச் செய்தல் பிரயாசமாகவும் முற்றிலும் அநாவசியகமாகவும் அதற்குத் தோற்றுகிறது. இவ்வுண்மை மனத்தின் காரியங்கட்கும் வாழ்க்கையின் காரியங்கட்கும் சமமாகப் பொருந்தும். சரியான காரியத்தை நினைத்தற்கும் செய்தற்கும் அதிக அப்பியாசமும் விடாமுயற்சியும் வேண்

டும்; சரியான காரியத்தை நினைத்தலும் செய்தலும் இறுதியில் இயற்கையும் சுலபமுமாகின்றன; அப்பொழுது பிசகான காரியத்தைச் செய்தல் பிரயாசமாகவும் முற்றிலும் அநாவசியகமாகவும் தோற்றுகிறது.

ஒரு சிற்பி அப்பியாசத்தினுல் தனது தொழிலில் தேர்ச்சி யடைதல் போல ஒருமனிதன் அப்பியாசத்தினுல் நல்வினையில் தேர்ச்சி யடைதல் கூடும்; அது புதிய நினைப்புக்களால் புதிய பழக்கங்களை உண்டுபண்ணுதலை யன்றி வேறன்று; எவனுக்குச் சரியான நினைப்புக்களை நினைத்தலும் சரியான செயல்களைச் செய்தலும் சுலபமாகவும், பிசகான நினைப்புக்களை நினைத்தலும் பிசகான செயல்களைச் செய்தலும் பிரயாசமாகவும், தோற்றுகின்றனவோ அவன் எல்லாவற்றிலும் உயர்ந்த ஒழுக்கத்தையும் ஒப்புயர்வற்ற தூய ஆன்மஞானத்தையும் அடைந்துவிட்டான்.

மனிதருக்குப் பாவங்களைச் செய்தல் சுலபமாகவும் இயற்கையாகவும் இருக்கிறது; அவர்கள் திரும்பத் திரும்ப நினைத்துத் தீய பழக்கங்களை உண்டுபண்ணி யிருத்தலான். சமயம் வாய்த்த பொழுது திருடன் திருடாதிருக்

தல் மிகப் பிரயாசம். ஏனெனின், அவன் நீண்ட காலம் பிறர் பொருளைக் கவரும் நினைப்புக்களிலும் பேராசை நினைப்புக்களிலும் வாழ்ந்திருக்கிறான். ஆனால், அத்தகைய பிரயாசம் நீண்டகாலம் நேர்மையும் நியாயமு முள்ள நினைப்புக்களில் வாழ்ந்து வந்த ஒரு யோக்கியனுக்கு உண்டாவதில்லை. ஏனெனின், அவன் திருட்டின் குற்றத்தையும் மடமையையும் பயனின்மையையும் அறிந்திருப்பதனால் திருட்டு நினைப்பு எள்ளளவும் அவன் மனத்துள் பிரவேசியாது. திருடுதல் மிகக்கொடிய பாவம்; பழக்கத்தை உண்டாக்குதலையும் பழக்கத்தின் வலிமையையும் தெளிவாக விளக்குதற்காக இவ்வுதாரணத்தைக் கூறினேன். ஆனால், சகல பாவங்களும் புண்ணியங்களும் இவ்வாறே உண்டாகின்றன. கோபத்தையும் ஆத்திரத்தையும் கொள்ளுதல் ஆயிரக் கணக்கான ஜனங்களுக்குச் சுலபமாகவும் சுபாவமாகவும் இருக்கிறது; அவர்கள் கோப நினைப்புக்களையும் ஆத்திர நினைப்புக்களையும் அடிக்கடி நினைத்துக் கொண்டிருத்தலான். அவற்றை நினைக்குந் தோறும் அவற்றிற் கேற்ற சுபாவம் அதிக உறுதியாகவும் ஆழமாகவும் வேரூன்றுகிறது.

பழக்கத்தை உண்டாக்கல்.

இவ்வாறே அமைதியும் பொறுமையு முள்ள ஒரு நினைப்பைப் பிரயாசப்பட்டுக் கிரகித்து, ஆத்திரமும் வெகுளியும் வேரோடு நீங்கும் வரை அதனை இடைவிடாது நினைத்துக்கொண்டு வருதலால், அமைதியும் பொறுமையும் சுபாவங்க ளாய்விடும். இங்ஙனமே ஒவ்வொரு பிசகான நினைப்பையும் மனத்தை விட்டுவெளி யேற்றி விடலாம்; இப்படியே ஒவ்வொரு பொய்ச்செயலையும் ஒழித்து விடலாம; இப்படியே ஒவ்வொரு பாவத்தையும் வென்று விடலாம்.

செய்தலும் அறிதலும்.

ஒரு மனிதன் தனது வாழ்வு முழுமையும் தனது மனத்திலிருந்து வருகிறதென்றும், அம்மனம் தனது பொறுமையான முயற்சியால் வேண்டுமளவு திருத்தப்படக்கூடிய பழக்கங்களின் சேர்க்கையென்றும், தனது மனத்தைத் தனது முயற்சியால் முற்றிலும் அடக்கி ஆளக்கூடுமென்றும் அறிந்தானானால், அக்கணமே அவன் பேரின்ப வீட்டின் கதவைத் திறக்கும் திறவுகோலை அடைந்தவனாகிறான்.

ஒருவனது வாழ்க்கையின் கேடுகள் அவனது மனத்தின் கேடுகளே. அவற்றின் நிவிர்த்தி அகத்திலிருந்து கிரமமாக வளர்ந்து வர வேண்டுமேயன்றிப் புறத்திலிருந்து திடீரென்று சம்பாதித்துக் கொள்ளத் தக்கதன்று. நாள்தோறும், நாழிகை தோறும், மாசற்ற நினைப்புக்களை நினைத்தற்கும், குற்றத்துள்ளும் கலக்கத்துள்ளும் விழக்கூடிய சந்தர்ப்பங்களில் குற்றமும் கலக்கமுமற்ற நிலைமைகளைக் கொள்

தற்கும் மனத்தைப் பழக்கவேண்டும். கருங் கல்லில் வேலைசெய்கிற பொறுமையுள்ள சிற்பியைப்போன்று, சரியான வாழ்க்கையை அடையக்கோருகிற மனிதன் தனது மனமாகிய கருங் கல்லிலிருந்து தனது மிக மிக அருமையான கனவுகளின் இலட்சியத்தை அடையும் வரை ஒவ்வொரு நாளும் சிறிது சிறிதாக வேலை செய்து வரவேண்டும்.

அத்தகைய மேலான காரிய சித்திக்கு வேலைசெய்வதில், மிகத் தாழ்ந்தனவும் மிகச் சுலபமாக ஏறக் கூடியனவுமான படிகளினின்று புறப்பட்டு, அவற்றினும் சிறிது உயர்ந்தனவும் சிறிது பிரயாசையுடன் ஏறத்தக்கனவுமான படிகளின் மூலமாக, மிக உயர்ந்தனவும் மிகப்பிரயாசத்துடன் ஏறத்தக்கனவுமான நிலைகளுக்குச் செல்லவேண்டும். கிரமமாக மேல் நோக்கும் இயல்பில் நிகழாநின்ற வளர்ச்சி, விரிவு, திரிபு, விருத்தி இவற்றின் நியதி ஒவ்வொருவகை வாழ்வினும் காரியசித்தியினும் உண்டு. எவ்விடத்தில் இந்நியதி கவனிக்கப்படவில்லையோ அவ்விடத்தில் முழுத் தவறுதலாக முடியும். கல்வியைக் கற்பதிலோ, ஒரு கைத் தொழிலைப் பயில்வதிலோ, அல்லது ஒருவாணி

கத்தை நடத்துவதிலோ, இச்சட்டத்தை எல்லாரும் பூரணமாக அறிந்து அதற்கு முற்றிலும் கீழ்ப்படிகின்றனர். ஆனால் ஒழுக்கத்தை ஈட்டுவதிலும், மெய்ப்பொருளை அறிவதிலும், வாழ்க்கையின் ஞானத்தை அடைவதிலும், வாழ்க்கையைச் சரியாகநடத்துவதிலும்இந்தச் சட்டம் பெரும்பாலாரால் அறியப்படவில்லை, கீழ்ப்படியப் படவுமில்லை. ஆதலால் ஒழுக்கம், மெய்ப்பொருள், பூரணவாழ்வு இவற்றைப் பெரும்பாலார் அப்பியசியாமலும், அடையாமலும், அறியாமலும் இருக்கின்றனர்.

உயர்தர வாழ்வு நூல்களை வாசிப்பதிலும், தெய்வத்தையும் மனத்தையும் பற்றிவழங்கும் உரைகளைப் பேசுவதிலும் அடங்கியிருக்கிறதென்றும், இந்த மார்க்கத்தால் ஆன்ம தத்துவங்களை அறியக்கூடுமென்றும் கருதுதல் சாதாரணமாகக் காணப்படும் ஒரு பிழை. நினைப்பிலும், சொல்லிலும், செயலிலும் மேம்பட்டு வாழ்தலே உயர்தர வாழ்வு; மனிதனது அகத்தினும், பிரபஞ்சத்தினும், அடங்கியிருக்கிற ஆன்மதத்துவங்களின் ஞானத்தை நீடித்த சீர்திருத்தத்தாலும் ஒழுக்கத்தாலுமே அடையக்கூடும்.

செய்தலும் அறிதலும்.

ஒரு பெரிய காரியத்தை அறியும் முன்னர் அதற்குச் சிறிய காரியத்தைப் பூரணமாகக் கிரகித்து அறியவேண்டும். எப்பொழுதும் அப்பியாசம் உண்மை ஞானத்திற்கு முற்பட்டது. உபாத்தியாயர் மாணவர்களுக்கு முதலில் கணிதங்களின் நுண்ணிய தத்துவங்களைக் கற்பிப்ப தில்லை; அப்படிச் செய்வதால் கற்பித்தல் வீணுகு மென்றும் கற்றல் முடியாதென்றும் அவருக்குத் தெரியும். அவர் முதலில் ஒரு சுலபமான கணக்கை அவர்களுக்குப் போடுகிறார்; அதை அவர்களுக்கு விளக்கிக் காட்டி, அவர்களை அதைச் செய்யும்படி விட்டு விடுகிறார். அவர்கள் திரும்பத் திரும்பத் தவறி, மேலும் மேலும் முயன்று, அதைச் சரியாகத்தீர்ந்த பின்னர், அதனினும் அதிகக் கடினமான ஒரு கணக்கை அவர்களுக்குப் போடுகிறார்; அவர்கள் அதைத்தீர்ந்த பின்னர், அதனினும் அதிகக் கடினமான கணக்குகளை ஒவ்வொன்றுகப் போடுகிறார். மாணவர்கள் அநேக வருஷ காலம் சிரத்தையோடு முயன்று கணக்குப் புத்தகத்திலுள்ள சகல கணக்குகளையும் செய்து முடித்தற்கு முன்னர்க் கணிதங்களின் நுண்ணிய தத்துவங்களைக் கற்பிக்க அவர் எத்தனிப்ப தில்லை.

அகமே புறம்

ஒரு கைத்தொழிலில், உதாரணமாக ஒரு சிற்பியின் வேலையில், சிறுவனுக்கு முதலில் சிற்பதத்துவங்களைக் கற்பிப்பதில்லை; ஆனால், அவன் கையில் ஒரு சுலபமான கருவியைக்கொடுத்து, அதைக்கொண்டு வேலைசெய்யும் விதத்தை அவனுக்குச் சொல்லுகின்றனர்; பின்னர் முயற்சியாலும், அப்பியாசத்தாலும், அதைக் கொண்டு வேலை செய்யும்படி அவனை விட்டு விடுகின்றனர். அவன் தனது கருவிகளைச் சரியாக உபயோகித்து வேலை செய்யத் தெரிந்து கொண்ட பின்னர், அவனுக்கு ஒன்றன்பின் ஒன்றாக அதிக கடினமான வேலைகளைக் கொடுக்கின்றனர்; அப்படியே அவன் அநேக வருஷங்கள் கடினமான வேலைகளையெல்லாம் செய்து சிற்ப வேலையின் தத்துவங்களைக் கிரகித்துக் கற்றுக் கொள்ளத் தகுதியுடையவனான பின்னர் அவற்றை அவனுக்குக் கற்பிக்கின்றனர்.

சரியாக ஆளப்படும் ஒரு குடும்பத்தில் குழந்தை முதலில் கீழ்ப்படியவும், சகல சந்தர்ப்பங்களிலும் சரியாக நடந்துவரவும், கற்பிக்கப்படுகிறது. குழந்தை ஏன் கீழ்ப்படிய வேண்டும் என்றும், ஏன் சரியாக நடக்கவேண்

டும் என்றும் அதற்குச் சொல்வதில்லை; ஆனால், அவற்றைச் செய்யும்படி அதற்குக் கண்டிதமான உத்தரவு கொடுக்கின்றனர். அது சரியான காரியத்தையும் நியாயமான காரியத்தையும் செய்துகொண்டு வருகிறதென்று கண்ட பின்னரே, ஏன் அப்படிச் செய்யவேண்டும் என்று அதற்குச் சொல்கின்றனர். எந்தப் பிதாவும் தனது குழந்தை தன்னிடத்தும் தன் சுற்றத்தாரிடத்தும் நடக்கவேண்டிய ஒழுங்கில் நடக்கும்வரை அதற்கு ஒழுக்க தத்துவங்களைப் போதிக்க எத்தனிப்பதில்லை.

இங்ஙனம், சாதாரண லௌகிக காரியங்களிலும் அப்பியாசம் அநுபவ ஞானத்திற்கு முற்பட்டது. ஆன்ம காரியங்களில், உயர்தர வாழ்வைச் செலுத்துவதில், இச்சட்டத்திற்கு முற்றும் கீழ்ப்படிதல் வேண்டும். ஒழுக்கத்தை அநுஷ்டிப்பதாலேயே ஒழுக்கத்தை அறியக் கூடும். ஒழுக்கத்தை அநுஷ்டிப்பதில் சான்றோனான பின்னரே ஒருவன் மெய்ஞ்ஞானத்தை அடையக்கூடும். ஒழுக்கத்தை அப்பியசிப்பதிலும் அநுஷ்டிப்பதிலும் நிறைவடைதல் மெய்ஞ் ஞானத்தில் நிறைவடையச் செய்யும்.

அகமே புறம்

முதலில் மிகச் சுலபமான ஓர் ஒழுக்கத்தை அப்பியசித்து, அதன்பின் அதனினும் அதிக கடினமான ஒழுக்கங்களை ஒன்றன்பின் ஒன்றாக அப்பியசித்து, எல்லா ஒழுக்கங்களையும் கைக்கொண்ட பின்னரே மெய்ப்பொருளை அடையக்கூடும்; ஒரு மாணவன் பாடசாலையில் தனது பாடங்களை, சகல தவறுகளும் கஷ்டங்களும் நீங்கும்வரை, மேன்மேலும் முயன்று பொறுமையோடும் பணிவோடும் படித்துக்கொண்டு வருதல்போல மெய்ப்பொருளை அடைய முயலும் மாணவனும் தவறுகளால் தளராது, கஷ்டங்களால் பலமடைந்து, சரியான நினைப்புக்களை நினைத்துக் கொண்டும், சரியான செயல்களைச் செய்துகொண்டும் வரவேண்டும்; ஒழுக்கத்தைக் கைக்கொண்ட பொழுது அவன் மனம் மெய்ஞ்ஞானத்தில் விரிகின்றது; அம் மெய்ஞ்ஞானமே அவன் க்ஷேமமாக அமரத்தக்க நிலை.

உயர்தர வாழ்வு.

ஒழுக்க மார்க்கமே ஞானத்திற்கு மார்க்கம் என்றும் சர்வ வியாபக மெய்ப்பொருளின் தத்துவங்களை அறியும் முன்னர் கீழ்ப்பட்ட சாதனங்களை முற்றும் கைக்கொள்ள வேண்டும் என்றும் கண்டோம். மெய்ப்பொருளை அடைய முயலும் மாணவன் தொடங்குவது எப்படி? தனது மனத்தை ஒழுங்குபடுத்தவும் தனது அகத்தை - வாழ்க்கையின் சகல காரியங்களுக்கும் மூலமாகவும் ஊற்றாகவும் இருக்கிற அகத்தை - ச் சுத்தப்படுத்தவும் கோருகிற ஒருவன் ஒழுக்கத்தின் பாடங்களைக் கற்று வாழ்க்கையின் கேடுகளையும் அஞ்ஞானத்தையும் ஒழித்து ஞானபலத்தினால் தன்னை வளர்ப்பது எப்படி? பிரதம பாடங்கள் எவை? பிரதம சாதனங்கள் எவை? அவற்றைக் கற்பது எப்படி? அவற்றை அப்பியசிப்பது எப்படி? அவற்றை ஆண்டு அறிவது எப்படி?

அகமே புறம்

ஆன்ம அபிவிர்த்திக்குப் பொதுத் தடைகளாகவும் மிகச் சுலபமாக நீக்கப்படத் தக்கவையாகவும் இருக்கிற பிசகான மனோநிலைமைகளை ஒழிப்பதும், குடும்பத்தையும் சுற்றத்தையும் பற்றிய ஒழுக்கங்களைக் கைக்கொள்வதும் பிரதம சாதனங்கள். அவை பத்து. இந்நூலைப் படிப்பவர் அவற்றை எளிதில் உணரும் பொருட்டுப் பின்வரும் மூன்று பாடங்களாகப் பகுக்கின்றேன்:—

தள்ளவேண்டிய தீயொழுக்கங்கள்.

சரீரத்தின் தீயொழுக்கங்கள்.

1. சோம்பல். 2. மிதூண்.	முதற்பாடம். சரீரத் திருத்தம்.

நாவின் தீயொழுக்கங்கள்.

1. புறங்கூறல். 2. பயனில சொல்லல். 3. நிந்தித்தல். 4. புன்மொழி பகரல். 5. குதர்க்கம்பேசல்.	இரண்டாம் பாடம். நாத் திருத்தம்.

கொள்ளவேண்டிய நல்லொழுக்கங்கள்.

1. நிஷ்காமிய கருமம். 2. அசையாத நடுவுநிலைமை. 3. அளவற்ற பொறுமை.	மூன்றாம் பாடம். மனத் திருத்தம்.

உயர்தர வாழ்வு.

சரீரத்தின் தீயொழுக்கங்கள் இரண்டும், நாவின் தீயொழுக்கள் ஐந்தும், முறையேசரீரத்திலும் நாவிலும் தோற்றுதலாலும், அவ்வாறு பெயரிட்டுப் பகுத்தல் வாசிப்பவருக்கு உதவியாக இருக்குமாதலாலும் சரீரத்தின் தீயொழுக்கங்கள் என்றும் நாவின் தீயொழுக்கங்கள் என்றும் சொல்லப்பட்டன; ஆனால், இத்தீயொழுக்கங்கள் மனத்திலிருந்தே உண்டாகின்றன என்றும் சரீரத்திலும் நாவிலும் வேலை செய்கிற அகத்தின் பிசகான நிலைமைகள் என்றும் தெளிவாக அறியப்பட வேண்டும்.

அத்தகைய ஒழுங்கற்ற நிலைமைகள் வாழ்க்கையின் மெய்யான நோக்கத்தையும் பிரயோஜனத்தையும் மனம் சிறிதும் அறியவில்லை என்பதைக் காட்டும் அறிகுறிகள். அவற்றின் நீக்கம் ஒழுக்கமும் உறுதியும் அறிவுமுள்ள ஒரு வாழ்க்கையின் தொடக்கத்தைக் காட்டும் அறிகுறி.

ஆனால், அத்தீயொழுக்கங்களை ஒழிப்பதற்கு மார்க்கம் யாது? முதலில் அவற்றின் புறத்தோற்றங்களைத் தாழ்க்காது தடுத்து நிறுத்தலும், பிசகான செயல்களைச் செய்யாது

விடுதலுமே மார்க்கம்; இது எச்சரிக்கையாக இருத்தற்கும், சிந்தித்துப் பார்த்தற்கு முரிய சக்தியை மனத்துக்குக் கொடுக்கும்; இச்சக்தியால் மனம் மேற்சொல்லிய தீயொழுக்கங்களின் உற்பத்திக்கு மூலங்களாக இருக்கிற இருண்ட பிசகான அக நிலைமைகளைக் கண்டு முற்றிலும் ஒழித்துவிடும்.

உயர்தர வாழ்வு

முதற் பாடம்.

மனத்தை ஒழுங்குபடுத்துவதில் முதல் சாதனம் சரீரத்தின் சோம்பலை ஒழித்தல். இதுதான் மிக சுலபமான சாதனம்; இச்சாதனத்தைக் குறையற அநுஷ்டித்து முடிக்கும் வரை வேறு சாதனங்களிற் பிரவேசிக்கக் கூடாது. சோம்பலைப் பற்றி நிற்றல் மெய்ப் பொருளின் மார்க்கத்திற்கு ஒரு பெருந்தடை. சோம்பலாவது வேண்டிய அளவுக்கு அதிகமாக சௌகரியத்தையும் நித்திரையையும் சரீரத்திற்குக் கொடுத்தலும், விரைவில் செய்ய வேண்டிய காரியங்களைச் செய்யாது தாமதித்தலும், பின் வாங்குதலும், அசட்டை செய்தலுமாம். சரீரத்தை அதிகாலையில் எழுப்புதலாலும், சரீரத்தின் சிரம பரிகாரத்திற்கு அவசியமான அளவு நித்திரையை அதற்குக் கொடுத்தலாலும், ஒவ்வொரு வேலையையும் கடமையையும், எவ்வளவு அற்பமாயிருந்தாலும்,

உடனுக்குடனே ஊக்கத்தோடும் சுறுசுறுப் போடும் செய்தலாலும் இச்சோம்பல் நிலைமை யைக் களையவேண்டும். எக்காரணத்தாலும் படுத்துக்கொண்டிருக்கும் போது உணவாவது பானமாவது உட்கொள்ளக் கூடாது. ஒருவன் நித்திரையிலிருந்து விழித்த பின்னர்க் கொட் டாவி விட்டுக் கொண்டும் சரீரத்தை நெளித் துக் கொண்டும் படுக்கையில் கிடத்தல் மனத் தின் தூய்மையையும், ஒழுக்கத்தின் உறுதி யையும் சுறுசுறுப்பையும் கெடுக்கக்கூடிய பழக்கம். ஆன்றோரும்

> "நெடுநீர் மறவி மடிதுயி லன்கு
> கெடுநீரார் காமக் கலன்."

என்று கூறியுள்ளார். ஒருவன் படுத்துக் கொண்டிருக்கும் போது சிந்தனை செய்ய எத் தனிக்கக் கூடாது. அத்தகைய நிலைமைகளில் உறுதியும், தூய்மையும், உண்மையும் பொருந் திய நினைப்புக்களை நினைக்க முடியாது. ஒருவன் உறங்குவதற்காகப் படுக்கைக்குச் செல்ல வே ண்டுமே யன்றிச் சிந்திப்பதற்காகப் படுக்கைக் குச் செல்லுதல் கூடாது. அவன் சிந்திப்பதற் காகவும் வேலை செய்வதற்காகவும் படுக்கையை விட்டு எழுந்திருக்க வேண்டுமே யன்றி உறங்கு

வதற்காகப் படுக்கையை விட்டு எழுந்திருத்தல் கூடாது.

அடுத்த சாதனம் மிதூண் ஒழித்தல். மிதூண் கொள்பவன் யாவனெனின் உண்பதன் உண்மையான பிரயோஜனத்தையும் நோக்கத்தையும் அறியாது மிருகம்போன்று உணவின் பொருட்டே உண்பவனும், தனது பசியைத் தணித்தற்கு வேண்டிய அளவுக்கு அதிகமாக உண்பவனும், தித்திப்பான பொருள்களிலும் கொழுத்தஉணவுகளிலும்அவாவுடையவனுமே. உணவின் அளவைக்குறைத்தலானும்,உண்ணும் தடவைகளைக் குறைத்தலானும், பல பொருட் சேர்க்கையில்லாத சாதாரண உணவைக் கொள்ளுதலானும் அத்தகைய அவாவை ஒழித்தல் கூடும். இன்ன இன்ன மணி நேரங்களில் சாப்பிடுவது என்று குறித்துக் கொள்ளவேண்டும். மற்றை நேரங்களில் சாப்பிடுவதை அடியோடு நிறுத்திவிட வேண்டும். இராச்சாப்பாடு அநாவசியமானதாலும் அதிக உறக்கத்தையும் மயக்கத்தையும் உண்டுபண்ணுவதாலும் அதன் அளவைக் குறைக்க வேண்டும். இவ்வாறு ஒழுங்கு செய்து கொண்டுவருதல் நீண்டகாலமாக அடக்க முடியாததாகத் தோற்றிய பசியை

அடக்கக்கூடிய ஆற்றலை விரைவில் உண்டுபண்ணும்; மீதூண் விரும்பும் குற்றத்தை மனத்திலிருந்து நீக்கிய வுடனே தூயதாக்கப்பட்ட மனோநிலைமைக்குத் தக்க உணவைத் தெரிந்து உட்கொள்ளக்கூடிய பழக்கமும் ஒழுங்கும் எற்படும்.

அகத்தின் மாறுபாடே அவசியமானதென்று நன்றாக மனத்தில் கொள்ளவேண்டும்; இப்பயனைத் தராத எவ்வகை உணவின் மாறுபாடும் யாதொரு பிரயோஜனமும் உடையதன்று. ஒருவன் உண்ணும் இன்பத்திற்காக மட்டும் உண்ணும்பொழுது அவன் மீதூண் உண்பவனாகிறான். மீதூண் விருப்பத்தையும் மற்றைய பொறிகளின் அவாக்களையும் அகத்தைவிட்டு நீக்கிவிட வேண்டும். ஆன்றோரும் "அற்றாலளவறிந் துண்க." எனவும் "அடல்வேண்டுமைந்தன் புலத்தை." எனவும் கூறியுள்ளார்.

ஒருவன் சரீரத்தை நன்றாக அடக்கிச் சரியாக நடத்திய பொழுது, செய்யவேண்டியகாரியத்தைச் சுறுசுறுப்பாகச் செய்து முடித்த பொழுது, கடமையையாவது வேலையையாவது தாழ்த்தாத பொழுது, அதிகாலையில் எழுந்திருத்தலை இன்பமாகக் கண்டபொழுது, மித

உயர்தர வாழ்வு.

மான செலவையும் மதுவுண்ணுமையையும் போக வெறுப்பையும் ஸ்திரமாகக் கைக்கொண்டபொழுது, தன்முன் இடப்பட்ட உணவு எவ்வளவு சாதாரணமாகவும் கொஞ்சமாகவும் இருந்தாலும் அதனேடு திருப்தி யடைந்தபொழுது, உண்ணும் இன்பத்தின் அவாவை வேரோடு நீக்கிய பொழுது, உயர்தரவாழ்விற்குரிய முதல் இரண்டு சாதனங்களையும் செய்து முடித்துவிட்டான்; அப்பொழுது மெய்ப்பொருளின் முதற் பாடத்தைக் கற்றுவிட்டான். இவ்வாறாக அமைதியும் அடக்கமும் ஒழுக்கமும் அமைந்த ஒரு வாழ்க்கையின் அடிப்படை அகத்தின்கண் முடிக்கப்பட்டது.

உயர்தர வாழ்வு
இரண்டாம் பாடம்

அடுத்த பாடம் ஒழுக்க வாக்கைப் பற்றிய பாடம்; இதில் வரிசையான ஐந்து சாதனங்கள் இருக்கின்றன. முதல் சாதனம் புறங்கூறலை ஒழித்தல். புறங்கூறலாவது பிறர்மீது குற்றம் காண்டலும், பிறரைப்பற்றிக் கெட்ட சமாசாரங்களைப் பிரஸ்தாபித்தலும், கண்முன் இல்லாத சிநேகிதருடைய அல்லது பிறருடைய குற்றங்களை வெளிப்படுத்தலும் பெரிதாக்கலும்,பிறர் மீது அநியாயமான குறைகளைக் கூறுதலுமாம். நினைப்பின்மை, குரூரம், வஞ்சகம், பொய்ம்மை இவை நான்கும் ஒவ்வொரு புறங்கூறற் செய்கையுள்ளும் பிரவேசிக்கின்றன. எவன் சரியான வாழ்வை அடைதற்குக் கருதுகின்றானோ அவன் புறங்கூறலாகிய குரூர வார்த்தைகள் தனது உதடுகளைக் கடந்து செல்வதற்கு முன் அவற்றை அடக்கத் தொடங்கிப்

பின்னர் அவற்றை உற்பத்தி செய்த வஞ்சக நினைப்பைத் தடுத்து நீக்கி விடுவான். அவன் ஒருவரையும் குறை கூறாது தன்னைக் காத்துக் கொள்வான்; அவன் நகையாடியும் முத்தமிட்டும் கூடிக்குலாவிய சிநேகிதனைப் பற்றி அவன் இல்லாத இடத்தில் குற்றம் கூறுதலையும் இழிவாகப் பேசுதலையும் நிறுத்திவிடுவான்; அவன் பிறன் முன்பு சொல்லத் துணியாத அவனைப் பற்றிய வார்த்தையை அவன் பின்பு சொல்ல மாட்டான். இவ்விதமாகக் கடைசியில் அவன் பிறருடைய கௌரவத்தையும் ஒழுக்கத்தையும் பற்றி உயர்வாக நினைக்க ஆரம்பித்துப் புறங்கூறலுக்கு உற்பத்தி ஸ்தானங்களாக இருந்த தனது பிசகான மனோ நிலைமைகளை அழித்து விடுவான்.

அடுத்த சாதனம் பயனற்ற பேச்சை ஒழித்தல். பிறருடைய அந்தரங்கமான காரியங்களைப் பேசுதலும், நேரத்தைப் போக்குதற்காக மட்டும் பேசுதலும், காரியமும் சம்பந்தமு மில்லாத சம்பாஷணையிற் பிரவேசித்தலும் பயனற்ற பேச்சாம். அத்தகைய அடக்கப் படாத பேச்சு ஓர் ஒழுங்கீன மனத்திலிருந்து

வெளிப்படுகின்றது. ஒழுக்கமுள்ள மனிதன் தனது நாவை அடக்கி, அதனால் தனது மனத்தைச் சரியாக அடக்கும் வழியைக் கற்றுக் கொள்வான். அவன் தனது நாவைச் சோம்பலோடும் மடமையோடும் ஓடவிட மாட்டான். ஆனால், திருத்தமாகவும் தெளிவாகவும் பேசுவான்; ஒரு காரியத்தைக் கருதிப் பேசுவான் அல்லது மௌனமாக இருப்பான். ஆன்றோரும்

"சொல்லுக சொல்லிற் பயனுடைய சொல்லற்க
சொல்லிற் பயனிலாச் சொல்."

என்று கூறியுள்ளார்.

தள்ளப்பட வேண்டிய அடுத்த தீயொழுக்கம் நிந்தனையும் அன்பற்ற பேச்சுமாம். பிறரை நிந்திக்கிற அல்லது பிறர்மேல் குற்றம் சார்த்துகிற மனிதன் சரியான மார்க்கத்தை விட்டுத் தவறி வெகுதூரம் போய்விட்டான். பிறரிடத்துக் கடுமையான சொற்களைப் பேசுதலும், பிறரைக் கடுமையான பெயர்களால் அழைத்தலும் குற்றத்துள் ஆழ்ந்து அமிழ்ந்து போதற்குக் காரணமாம். பிறரை நிந்திக்கவும் குற்றம் கூறவும் ஒருவனுக்கு மனம் எழும்

பொழுது அவன் தனது நாவை அடக்கித் தன்னிடத்துள்ள குற்றங்களைப் பார்க்கக் கடவன். ஆன்றோரும்

" ஏதிலார் குற்றம்போற் றங்குற்றங் காண்கிற்பிற்
தீதுண்டோ மன்னு முயிர்க்கு."

என்று கூறியுள்ளார். ஒழுக்க மனிதன் பிறரை நிந்தித்தலையும் பிறரோடு சச்சரவு செய்தலையும் நிறுத்தி விடுகிறான். அவன் பயனும் ஆவசியகமும், நன்மையும், உண்மையும் பொருந்திய வார்த்தைகளை மாத்திரம் பேசுகிறான்.

அடுத்த சாதனம் இழிசொற்களையும் மரியாதையற்ற சொற்களையும் ஒழித்தல். அற்பமான வார்த்தைகளையும் பிறரை வருத்தக் கூடிய வார்த்தைகளையும் பேசுதல், தகுதியற்ற விகடங்களைப் பேசுதல், வெறும் சிரிப்பை உண்டுபண்ணும் நிமித்தம் தூஷணமான கதைகளைச் சொல்லுதல், கோபம் மூட்டக் கூடிய அளவில் நெருங்கிப் பழக்கம் பாராட்டுதல், பிறரிடத்தில் அல்லது பிறரைப்பற்றி-முக்கியமாக, மூத்தோர், உபாத்தியாயர், குடும்பத்

தலைவர், மேல் உத்தியோகஸ்தர் இவர்களிடத்தில் அல்லது இவர்களைப்பற்றிப்-பேசும் பொழுது அலக்ஷியமாகவும் மரியாதைக் குறைவாகவும் பேசுதல், இவற்றை யெல்லாம் ஒழுக்கத்தையும் மெய்ப்பொருளையும் நாடுகிற மனிதன் விட்டுவிட வேண்டும். ஒரு நிமிஷத்தில் கழிந்து போகக்கூடிய சிரிப்பின் நிமித்தம் கண்முன் இல்லாத நண்பரும் தோழரும் மரியாதையின்மையாகிய கழுவில் இடப்படுகின்றனர்; வாழ்வின் பரிசுத்தங்களெல்லாம் பரிகாசமாகிய அக்கினிக்குத் தத்தஞ் செய்யப்படுகின்றன. யாவரிடத்திலும் மரியாதையையும்,பணிவைக்காட்டவேண்டிய இடத்தில் பணிவையும், கைவிட்டபொழுது ஒழுக்கம் கைவிடப்பட்டது. அடக்கம், பெருந்தன்மை, மதிப்பு இவற்றைப் பேச்சைவிட்டும் நடக்கையைவிட்டும் பிரித்த பொழுது மெய்ப்பொருள் இழக்கப்பட்டது; ஆம், அதன் வெளிவாயிலும் மறைக்கப்பட்டு மறக்கப்பட்டது. அடங்காமை சிறுவரிடத்தும் காணப்படின் அது தாழ்வை யுண்டுபண்ணுகிறது. அது நரைத்த மனிதரிடத்தும் பிரசங்கிகளிடத்தும் காணப்படும் பொழுது பரிதா

படத்தக்க ஒரு காட்சியாகிறது; இதனை அநுசரித்தலும் பின்பற்றலும் குருடரைக் குருடர் பின்பற்றுவதுபோலாம். அப்பொழுது மூத்தோர்களும் பிரசங்கிகளும் ஜனங்களும் தமது வழியை விட்டுத் தவறிவிட்டார்கள்.

ஒழுக்க மனிதன் பெருந்தன்மையும் மரியாதையுமுள்ள சொற்களைப் பேசுவான். அவன் இறந்து போனவர்களை எப்படி உயர்வாக மதித்து உருக்கமாகப் பேசுவானோ அப்படியே தன் முன் இல்லாதவர்களையும் உயர்வாக மதித்து உருக்கமாகப் பேசுவான்; அவன் நினைப்பின்மையை ஒழித்து விடுவான்; மற்றவரை அற்பமாகவும் வருத்தும்படிக்கும் பேசுதற்கு எழும் தனதுமனவெழுச்சியை நிறைவேற்றுதற்காகத் தனது மதிப்பைக் கெடுக்காமல் தன்னைக் காத்துக் கொள்வான்; அவனுடைய சிரிப்பு நன்மையுள்ளதாகவும் குற்றமற்றதாகவும்இருக்கும்; அவனுடைய வாக்கு இனிமையும் பணிவும் பொருந்தியிருக்கும். அவன் தன்னை மெய்ப்பொருளின் மனிதனுக்குரிய கௌரவத்தோடு நடத்திக்கொள்ளும் பொழுது அவனுடைய ஆன்மா இனிமையாலும் கருணையாலும் நிறைவுறும். ஆன்றோரும்

"சிறுமையு ணீங்கிய வின்சொல் மறுமையு
மிம்மையு மின்பந் தரும்."

என்று கூறியுள்ளார்.

இரண்டாம் பாடத்தின் கடைசி சாதனம் பிறரை மடக்கும், அல்லது பிறர் பேச்சிற் குற்றம் காணும், நோக்கமாகப் பேசுதலை ஒழித்தல். நாவின் இக்குற்றம் அற்பப் பிசகுகளையும் குற்றம்போலத் தோற்றுபவைகளையும் பெரிதாக்குதலினும் விவகரித்தலினும், மடத்தனமாகச் சொற்களைப் புரட்டுதலினும், பிறர் பேச்சின் முடிந்த கருத்தைக் கொள்ளாது ஒவ்வொரு சொல்லையும் மயிரைப் பிளத்தல் போலப் பிரித்துப் பொருள்படுத்துதலினும் ஆதாரமற்ற நினைப்புக்களையும் நம்பிக்கைகளையும் அபிப்பிராயங்களையும் ஆதாரமாகக் கொண்டு வீண் தர்க்கம் செய்தலினும் அடங்கியிருக்கிறது. வாழ்நாள் சுருக்கமானது, உண்மையானது. பாவத்தையும், நோவையும், துன்பத்தையும் தர்க்கத்தினலும் குதர்க்கத்தினலும் நீக்கமுடியாது. எவன் பிறரை மறுப்பதற்காகவும் எதிர்ப்பதற்காகவும் அவரது வார்த்தைகளில் நழுவுவனவற்றைக் கவனத்

தோடு பார்த்துக்கொண்டிருக்கிறானோ அவன் தூய்மையாகிய உயர்ந்த மார்க்கத்தையும் துற(அகத்துற)வாகிய மெய்வாழ்க்கையையும் காணமாட்டான். எவன் தனது சொற்களை இனிமையாக்கவும் சுத்தமாக்கவும் கருதி அவற்றை அடக்குவதற்கு எப்பொழுதும் கவனமாக இருக்கிறானோ அவன் உயர்ந்த மார்க்கத்தையும் மெய்வாழ்க்கையையும் காண்பான். அவன் தனது சக்திகளை ஒருமுகப்படுத்தி, மனத்தின் கட்டடத்தைப் பலப்படுத்தி மெய்ப்பொருளை அதனுள் வைத்துப் போற்றுவான்.

நாவை நன்றாக அடக்கிப் புத்திசாலித்தனமாகக் கீழ்ப்படுத்திய பொழுது, சுயநயங் கருதிய மனவெழுச்சிகளையும் தகுதியற்ற நினைப்புக்களையும் நாவிற்கு ஓடவிடாமல் நிறுத்திய பொழுது, வாக்கு தீங்கற்றதாகவும் தூய்மையுள்ளதாகவும் இனிமை வாய்ந்ததாகவும் அருளுடையதாகவும் காரியார்த்தமுள்ளதாகவும் அமைந்த பொழுது, மனத்திலுள்ளதையும் உண்மையையுந் தவிர வேறு ஒரு வார்த்தையையும் பேசாத பொழுது, ஒழுக்கவாக்கின் ஐந்து சாதனங்களும் செய்து முடிக்கப்பட்டன; மெய்ப்

அகமே புறம்

பொருளின் இரண்டாவது பெரிய பாடம் கற்று முடிக்கப்பட்டது.

இப்பொழுது சிலர் சரீரத்தை ஒழுங்கு செய்வதும் நாவை அடக்குவதும் எதற்காக? இத்தகைய கடும்பிரயாசமும், விடாமுயற்சியும், எச்சரிக்கையும் இல்லாமல் உயர்தர வாழ்வை அடைந்து அறியலாகாதோ என்று வினவுவர். ஆகாது. ஜடவுலகத்திற் போல சித்துலகத்திலும் எதையும் பிரயாசமின்றிச் செய்ய முடியாது; கீழுள்ளதை நிறைவேற்றும் வரை மேலுள்ளதை அறிய முடியாது. ஒரு மனிதன் உளியை எப்படிப் பிடிக்கவேண்டும் என்பதையும் ஓர் ஆணியை எப்படிச் செலுத்த வேண்டும் என்பதையும் கற்றுக்கொள்ளும் முன்னர் ஒரு நாற்காலியைச் செய்ய முடியுமா? தனது சரீரத்துக்குத் தான் அடிமையாக இருப்பதை ஒழிக்கு முன்னர் மெய்ப்பொருளை அடைதற்குத் தக்கவாறு தனது மனத்தைத் திருத்த முடியுமா? அக்ஷரங்களையும் சுலபமான சொற்களையும் கற்றுப் பிரயோகிப்பதற்கு முன்னர்ப் பாஷையின் அரிய நுட்பங்களை அறியவும் பிரயோகிக்கவும் முடியாதது போல நல்ல

நடக்கையின் அரிச்சுவடியைப் பூர்த்தியாக அறியும் முன்னர் மனத்தின் ஆழ்ந்த நுட்பங்களை அறியவும் மனத்தைச் சுத்தப்படுத்தவும் முடியாது. பிரயாசத்தைப் பற்றிக் கேட்பின், ஒரு வாலிபன் ஒரு கைத்தொழிலைக் கற்றுக் கொள்வதற்காக உற்சாகத்தோடும் பொறுமையோடும் ஏழெட்டு வருஷங்கள் மாணாக்கனாக இருப்பதில்லையா? அவன் தனது ஆசிரியனுக்குக் கீழ்ப்படிந்து, தனது தொழிலில் இடைவிடாது பழகித் திறமை அடைந்து தானே ஒரு ஆசிரியனாகக் கூடிய காலத்தை எதிர்பார்த்துக் கொண்டு தனது ஆசிரியன் கற்பித்தவற்றில் ஒவ்வொன்றையும் கவனத்தோடும் உண்மையோடும் நாள்தோறும் செய்து வரவில்லையா? சங்கீதத்தில், சித்திர வேலையில், பாஷையில், ஒரு கைத்தொழிலில், ஒரு வியாபாரத்தில் அல்லது உத்தியோகத்தில் மேன்மையடைய வேண்டுமென்று உண்மையாகக் கருதுகிற மனிதரில் எவன் தான் குறித்த தொழிலில் நிறைவை அடைவதற்குத் தனது வாழ்நாள் முழுமையும் செலவு செய்ய விருப்பமில்லாதவன்? அங்ஙனமிருக்க எல்லாவற்றிலும் உயர்ந்த மெய்ப்பொருளின் காரியத்தில் பிரயாசத்

தைப் பெரிதாக நினைக்கலாமா? எவன் "நீ காட்டுகிற மார்க்கம் செல்லுதற்கு மிகக் கஷ்டமானது; நான் மெய்ப்பொருளைப் பிரயாசமின்றி, மோக்ஷத்தை முயற்சியின்றி, அடையவேண்டும்." என்று சொல்லுகிறானோ அவன் சுயநயத்தினால் வரும் கவலைகளிலிருந்தும் துன்பங்களிலிருந்தும் நீங்குதற்குரிய மார்க்கத்தைக் காணமாட்டான். அவன் அமைதியும் உறுதியுமுள்ள மனத்தையும் விவேகத்தோடு அமைக்கப்பட்ட வாழ்க்கையையும் அடையமாட்டான். அவன் விருப்பம் சுகத்திற்கும் போகத்திற்குமே செல்லுகிறது, மெய்ப்பொருள்பாற் செல்வதே யில்லை. எவன் தனது அகத்தின் அடியில் மெய்ப்பொருளை வைத்துப் போற்றி அதனை அறிதற்குக் கோருகிறானோ அவன் எந்தவேலையையும் மிகப் பெரிதென்று கருதமாட்டான்; ஆனால், அவன் அதனை உற்சாகத்தோடு செய்து பொறுமையோடு பின்பற்றுவான்; அவன் இடைவிடாத அப்பியாசத்தினால் மெய்ப்பொருளின் ஞானத்தை அடைந்து விடுவான்.

பிசகான புறநிலைமைகள் யாவும் அகத்தின் பிசகான நிலைமைகளின் தோற்றங்களை

யென்று ஒருவன் அறிந்தபொழுது சரீரத்தை யும் நாவையும் பிரதமத்தில் ஒழுங்கு செய்ய வேண்டுவதன் ஆவசியகத்தைத் தெளிவாகக் காண்பான். ஒரு சோம்பலுள்ள சரீரம் ஒரு சோம்பலுள்ள மனத்தைக் காட்டுகிறது; ஓர் ஒழுங்கற்ற நா ஓர் ஒழுங்கற்ற மனத்தைக் காட்டுகிறது; புறநிலைமையை நிவிர்த்திப்பதற் காகச் செய்யும் சாதனம் உண்மையில் அக நிலைமையைச் சீர்ப்படுத்துவதற்காகச் செய்யப் படும் சாதனமே. அன்றியும் அப் புறநிலை மைகளை ஒழித்தல் மெய்ப்பொருளை அடைவ தற்குரிய சாதனத்தின் ஒரு சிறிய பாகமே. தீமையை விடுதல் நன்மையைப் புரியும்படி செய்யும். தீமையும் நன்மையும் பிரிக்க முடி யாத சம்பந்தம் உடையன. ஒரு மனிதன் சோம் பலையும் மிதூணையும் ஒழிக்கிற பொழுது அவன் போகவிரக்தி, மதுவிலக்கு, காலந்தவறாமை, தன்மறுப்பு, ஆகிய ஒழுக்கங்களை வளர்த்துக் கொண்டும் உயர்ந்த வேலைகளைச் செய்து முடிப் பதற்கு இன்றியமையாத பலத்தையும், ஊக் கத்தையும், உறுதியையும் அடைந்து கொண் டும் இருக்கிறான். ஒருவன் வாக்கின் குற்றங் களை ஒழிக்கிறபொழுது அவன் உண்மை, வஞ்

அகமே புறம்

சகமின்மை, பணிவு, அன்பு, தன்னடக்கம் என்னும் ஒழுக்கங்களை வளர்த்துக்கொண்டும், மனத்திட்பத்தையும், வினைத்திட்பத்தையும் அடைந்து கொண்டும் இருக்கிறான். அவற்றை அடையாமல் மனத்தின் அரிய நுட்பங்களை ஒழுங்கு செய்ய முடியாது, ஒழுக்கத்தின் உயர்ந்த நிலைகளையும் ஞானத்தின் உயர்ந்த நிலைகளையும் அடைய முடியாது. அன்றியும் அவன் சரியாகச் செய்யக் கற்கும்போது அவனுடைய அறிவு விரிகின்றது, அவனுடைய அகப்பார்வை கூர்மையாகின்றது. தனது பாடத்தைச் சரியாகப் படித்து முடித்த பொழுது குழந்தையின அகம் சந்தோஷம் அடைவது போல ஒழுக்க மனிதன் ஒவ்வொரு ஒழுக்கத்தையும் கைக்கொண்டபொழுது - காமத்தையும் கோபத்தையும் பின்பற்றுகிறவன் ஒரு போதும் காணமுடியாத-பேரின்பத்தை அநுபவிக்கிறான்.

உயர்தர வாழ்வு

மூன்றாம் பாடம்.

இப்பொழுது நாம் உயர்தரவாழ்வின் மூன்றாம் பாடத்திற்கு வருகிறோம். அது நிஷ்காமிய கருமம், அசையாத நடுவு நிலைமை, அளவற்ற பொறுமை, இம்மூன்று பெரிய மூலாதார ஒழுக்கங்களையும் ஒருவன் தனது வாழ்க்கையில் நாள்தோறும் அப்பியசித்தலும் ஆளுதலுமாம். ஒழுக்கத்தையும் மெய்ப்பொருளையும் அடைதற்கு முயற்சிக்கிறவன் முதல் இரண்டு பாடங்களிலும் சொல்லப்பட்ட மிக சுலபமாக நீக்கக் கூடிய ஒழுங்கீன நிலைமைகளை ஒழித்து மனத்தைப் பதப்படுத்தி யிருப்பதால் இப்பொழுது அதிக கடினமான பெரிய வேலைகளில் பிரவேசிப்பதற்கும் அகத்தின் ஆழ்ந்த நினைப்புக்களை அடக்கிப் பரிசுத்தப் படுத்துவதற்கும் சித்தமாயிருக்கிறான். கடமையைச் சரியாகச் செய்யாமல் உயர்ந்த ஒழுக்

களைகளை அறியமுடியாது, மெய்ப்பொருளை உணர முடியாது. மனிதரிற் பெரும்பாலார் கடமையைத் தொந்தரையுள்ள ஒரு வேலையாகவும், கஷ்டப்பட்டுச் செய்ய வேண்டிய அல்லது செய்ததாகக் காட்டவேண்டிய நிர்ப்பந்தமுள்ள ஒன்றாகவும் கருதுகின்றனர். கடமையை இவ்வாறு கருதுதல் மனத்தின் ஒரு சுயநய நிலைமையி லிருந்தும் வாழ்க்கையைப் பற்றிய ஒரு பிசகான அபிப்பிராயத்தி லிருந்தும் வருகின்றது. சகல கடமைகளும் தெய்விக மென்றும் அவற்றை உண்மையாகவும் நிஷ்காமியமாகவும் செய்து முடித்தல் ஒழுக்கத்தின் முக்கிய விதிகளில் ஒன்றென்றும் கருதவேண்டும்; சகல சுயநய நினைப்புக்களையும் சரீர நினைப்புக்களையும் கடமையைச் செய்வதிலிருந்து வேறு படுத்திவிட வேண்டும்; அவற்றை வேறு படுத்திய பொழுது கடமை துன்பமாகத் தோற்றுவது ஒழிந்து இன்பமாகத் தோற்றுகிறது. எவன் சரீர சுகத்தை அல்லது சொந்த லாபத்தை அவாவுகிறானோ அவனுக்கு மாத்திரம் கடமை தொந்தரையாகத் தோற்றுகிறது. தனது கடமையின் தொந்தரையால் புழுங்குகிற மனிதன் தனக்குள் பார்க்கக் கடவன். அவன் தனது

உயர்தர வாழ்வு.

தொந்தரை தனது கடமையி லிருந்து வருகிற தில்லை என்பதையும் ஆனால் அக்கடமையைச் செய்யாது தப்பித்துக்கொள்ள வேண்டுமென்ற தனது சுயநயத்திலிருந்து வருகிறது என்பதையும் காண்பான். எவன் தனது கடமையை, அது பெரிதாக இருந்தாலும் சிறிதாக இருந்தாலும், பொதுநன்மைக் குரியதானாலும் தன் நன்மைக் குரியதானாலும், அசட்டை செய்கிறானோ அவன் ஒழுக்கத்தை அசட்டை செய்கிறான்; எவன் தனது அகத்தில் கடமையோடு போராடுகிறானோ அவன் ஒழுக்கத்தோடு போராடுகிறான்; கடமை ஒரு பிரியப்பொருளான பொழுது, ஒவ்வொரு கடமையையும் சரியாகவும், உண்மையாகவும், மனக்கலக்கமில்லாமலும் செய்தபொழுது, சுயநயத்தின் ஆணிவேர் அகத்தினின்று பெரும்பாலும் களையப்பட்டது; மெய்ப்பொருளின் உயர்ந்த நிலைகளை நோக்கி ஒரு பெரியபடி ஏறப்பட்டது. ஒழுக்க மனிதன் தனது கடமையைப் பூர்த்தியாகச் செய்வதில் தனது மனத்தை ஒருமுகப் படுத்துகிறான்; அவன் மற்றொருவனுடைய கடமையில் பிரவேசிப்பதில்லை.

அகமே புறம்

மூன்றும் பாடத்தின் இரண்டாம் சாதனம் அசையாத நடுவுநிலைமையை அப்பியசித்தல். இவ்வொழுக்கம் மனத்தில் உறுதியாக ஸ்தாபிக்கப்பட வேண்டும்; அதனால் அது மனிதனது வாழ்க்கையின் ஒவ்வொரு காரியத்திலும் பிரவேசிக்க வேண்டும். சகல அயோக்கியதையையும், வஞ்சகத்தையும், பொய்ம்மையையும், ஏமாற்றத்தையும் அடியோடு விட்டுவிட வேண்டும். வஞ்சகமும் கபடமும் அணுவளவும் இல்லாமல் அகத்தைச் சுத்தப்படுத்த வேண்டும். நடுவுநிலைமையாகிய மார்க்கத்தைவிட்டு ஓர் அங்குலம் விலகுதல் ஒழுக்கத்தைவிட்டு ஒருகாவதம் விலகுவதாம். எதையும் கூட்டியாவது குறைத்தாவது பேசுதல் கூடாது; உள்ளதை உள்ளபடியே பேசுதல் வேண்டும். வீண்பெருமையைக் கருதியாவது சொந்த லாபத்தைக் கருதியாவது பிறரை எள்ளளவேனும் வஞ்சிக்க முயலுதல் வேரோடு நீக்கப்பட வேண்டிய ஒரு மயக்க நிலைமை. ஒழுக்க மனிதன் மனம் வாக்கு காயங்களில் முழு நடுவுநிலைமையை அப்பியசிப்பதுடன் நிகழ்ந்த உண்மையில் எள்ளளவும் கூட்டாமலும் குறைக்காமலும் பேசுதல் வேண்டும்.

அவன் இவ்வாறு தனது மனத்தை நடுவு நிலைமைக்குக் கொண்டுவரும் மார்க்கத்தில் அவன் தனக்கு முன்னர் நியாயத்தைக் கவனித்துக் கொண்டும், எல்லாவற்றையும் பட்சபாதமில்லாமலும் விருப்பு வெறுப்பில்லாமலும் பார்த்துக் கொண்டும், மற்றைய மனிதரோடும் பொருள்களோடும் நியாயமாகவும் பட்சபாதமில்லாமலும் நடந்துகொண்டும் வருவான். நடுவு நிலைமையாகிய ஒழுக்கத்தை அப்பியசித்துப் பூர்த்தியாகக் கொண்டபொழுது, பொய்யைச் சொல்லவும் வஞ்சகத்தைச் செய்யவும் எழுகிற அவா முழுதும் நீங்கிவிட்டது, ஒழுக்கம் உறுதிப்பட்டுவிட்டது, அறிவு விசாலம் அடைந்து விட்டது, வாழ்க்கை ஒரு புதிய நோக்கத்தோடும் ஒரு புதிய சக்தியோடும் நிகழ்கின்றது. இவ்வாறு இரண்டாம் சாதனம் செய்து முடிக்கப் பட்டது.

மூன்றும் சாதனம் அளவற்ற பொறுமையை அப்பியசித்தல். இது வீண் பெருமை, தன்னயம், அகங்காரம் முதலியவற்றி லிருந்து உற்பத்தி யாகாநின்ற 'பிறர் தனக்குத் தீங்கு செய்தனர்' என்ற உணர்ச்சியை ஒழித்தலும்,

யாதொரு பயனையும் கருதாமல் எல்லாருக்கும் உதவி புரிதலும், எல்லாரிடத்தும் அன்பு பாராட்டலுமாம். பகைமை பாராட்டலும், பிறர் செய்த தீங்கைத் திரும்பச் செய்தலும், பிறர் செய்த தீங்குக்கு எதிர் தீங்கு செய்தலும் மிக இழிந்த செயல்களாம். அவை சவனிக்க வாவது மனத்தில் வைக்கவாவது தகுதியில்லாத அவ்வளவு தாழ்ந்த தீயொழுக்கங்களாம். இத் தகைய நிலைமைகளை அகத்துள் வளர்க்கிற எவ னும் குற்றத்தினின்றும் துன்பத்தினின்றும் நீங்கித் தனது வாழ்வைச் சரியாக நடத்த முடியாது. அவற்றைக் களைதலும் அவற்றால் கலங்காதிருத்தலுமே வாழ்க்கையின் மெய்ந் நெறியைக் காணச் செய்யும்; பொறுமையை யும் கருணையையும் வளர்ப்பதால் மாத்திரம் ஒழுங்காக அமைக்கப்பட்ட ஒரு வாழ்க்கை யின் அழகையும் வலிமையையும் நெருங்கவும் காணவும் முடியும். உறுதியான ஒழுக்கத்தை யுடைய மனிதனது அகத்தில் பிறர் தனக்குத் தீங்கு செய்தனர் என்ற உணர்ச்சி ஒருபோ தும் உண்டாகாது; அவன் தனக்குப் பிறர் செய்த தீங்கைத் திரும்பச் செய்தலை ஒழித்து விட்டான், அவனுக்குப் பகைவரே இல்லை;

மனிதர் அவனுக்குப் பகைவராகச் சேர்வாராயின் அவன் அவரது மடமையை அறிந்து, அதனைப் பொருட்படுத்தாது அவரை அன்புடன் நடத்துவான். ஒருவன் இவ்வித அகநிலைமையை அடைந்தபொழுது தனது சுயநய நாட்டங்களை ஒழுங்கு படுத்துதலின் மூன்றும் சாதனத்தைச் செய்து முடித்து விட்டான்; அப்பொழுது ஒழுக்கம், ஞானம் இவற்றின் மூன்றும் பாடத்தைக் கற்றுத் தேர்ச்சியடைந்து விட்டான்.

சரியாகச் செய்தல், சரியாக அறிதல், இவற்றின் மூன்று பாடங்களிலுமுள்ள பத்துப்பிரதம சாதனங்களையும் ஒருவாறு சொல்லி முடித்தேன்; இதனைப் படிப்போர் இனி அவற்றைக் கற்றுத் தமது வாழ்க்கையில் நாள்தோறும் அப்பியசித்து வருவாராக. மிக மேலான இன்பத்தையும் ஞானத்தையும் அடையும் முன்னர் இப்பொழுது சொல்லியவற்றினும் மிக மேலான சரீர ஒழுக்கத்தையும், நா ஒழுக்கத்தையும், மன ஒழுக்கத்தையும் அநுஷ்டித்துக் கைக்கொள்ளவேண்டும். ஆனால் அவற்றையெல்லாம் இச்சிறு நூலில் சொல்வதாக யான்

நினைக்கவில்லை. உயர்தரவாழ்வின் மார்க்கத்திலுள்ள மிக சுலபமான பிரதம சாதனங்களை மாத்திரம் சொல்லியிருக்கிறேன்; இந் நூலைப் படிப்போர் இவற்றைப் பூர்த்தியாகக் கைக்கொள்வதற்கு முன்னர் தமது எதிர்கால அபிவிர்த்திக்குரிய வழிகளைத் தெரிந்துகொள்ளத் தக்க விதத்தில் பரிசுத்த மடைந்தும், பல மடைந்தும், அறிவடைந்தும் இருப்பர். இந் நூலை வாசிக்கிறவர்களில் இம்மூன்று பாடங்களையும் கற்று முடித்தோர் தமக்கு மிகத்தூரத்திலும் உயரத்திலுமுள்ள மெய்ப்பொருளின் உயர்ந்த நிலைகளையும் அவற்றிற் கொண்டு போய்ச் சேர்க்கும் ஒடுங்கிய செங்குத்தான வழியையும் கண்டு, மேற்செல்லுவதா அல்லது செல்லாது நின்று விடுவதா என்று தீர்மானித்திருப்பர்.

யான் சொல்லியிருக்கிற நேரான மார்க்கம் எல்லாராலும், தமக்கும் உலகத்துக்கும், அதிக லாபத்துடன் தொடரத்தக்கது; மெய்ப்பொருளை அடைவதற்குக் கோராதவரும் தம்மை இம்மார்க்கத்தில் சான்றோராக்கிக் கொள்வதால் அதிக விவேக பலத்தையும், ஒழுக்க

பலத்தையும், நுண்ணிய யுக்தியையும், ஆழ்ந்த மனசாந்தியையும் அடையக்கூடும். இவ்வகத்தின் மாறுபாடு அவரது லௌகிக அபிவிர்த்தியை ஒருபோதும் பாதியாது. அது அதிக உண்மையானதாகவும், பரிசுத்தமானதாகவும், நிலைநிற்கத் தக்கதாகவும் அமையும்; ஏனெனின், எவர் அற்பத்தன்மையையும் நாள்தோறும் செய்யக்கூடிய குற்றங்களையும் களைந்துவிட்டனரோ, எவர் தமது சரீரத்தையும் மனத்தையும் ஆள்வதற்கு பலத்தையுடையவராயிருக்கின்றனரோ, எவர் அசையாத நடுநிலைமையும் அருமையான ஒழுக்கமுமாகிய மார்க்கத்தில் மன வுறுதியோடு செல்கின்றனரோ, அவரே வெற்றி பெறுவதற்கும் காரிய சித்தி அடைவதற்கும் தகுதியுள்ளவர்.

மனோ நிலைமைகளும் அவற்றின் காரியங்களும்.

சரியான வாழ்க்கையின் பெரிய சாதனங்களின் விவரங்களிலும் பெரிய பாடங்களின் விவரங்களிலும் பிரவேசியாது வாழ்க்கை முழுவதற்கும் மூலமாயிருக்கிற மனோ நிலைமைகளைப்பற்றிச் சில குறிப்புக்களும் வார்த்தைகளும் இங்குக் கூறுகிறேன். அவை பிரயாசமெடுத்து வருகின்றோரை ஏற்பதற்காக அன்பும், அறிவும், சாந்தியும் தங்கி யிருக்கிற நிலைகளாகிய அகத்தினுடைய ஆழ்ந்த அரங்குகளுக்குள் பிரவேசிப்பதற்குச் சித்தமாகவும் பிரியமாகவும் இருக்கிற மனிதருக்கு உதவியாகும்.

ஒவ்வொரு பாவமும் மடமையே. அது இருண்டதும் முதிர்ச்சி யடையாததுமான ஒரு நிலைமை. அறிவில்லாத மாணவன் கல்விக் கலாசாலையில் எந்த நிலையில் இருக்கின்றானோ அந்த

நிலையில் இருக்கின்றனர் குற்றத்தை நினைக்கின்றவரும் குற்றத்தைச் செய்கின்றவரும் வாழ்க்கைக் கலாசாலையில். அவர் சரியாக நினைக்கவும் செய்யவும், அஃதாவது மெய்ச்சட்டப்படி நினைக்கவும் செய்யவும் இனிமேல் தான் கற்றுக் கொள்ளவேண்டும். கல்விகற்கும் மாணவன் தனது பாடங்களைச் சரியாகப் படியாத காலமெல்லாம் துக்கத்தில் அமிழ்ந்திருப்பது போல வாழ்வின் மாணவன் பாவங்களை வெல்லாத காலமெல்லாம் துக்கத்திலிருந்து தப்பமுடியாது.

வாழ்க்கை தொடர்ச்சியான பல பாடங்களைக் கொண்டிருக்கின்றது. அவற்றைக் கற்பதில் சிலர் ஊக்கமுடையவரா யிருக்கின்றனர்; அதனால் அவர் விரைவில் தூயராகவும், அறிஞராகவும், சுகிகளாகவும் வளர்கின்றனர். மற்றையோர் அவற்றைக் கற்பதில் மந்தமுடையவராயிருப்பதோடு அவற்றைக் கற்க முயலாமலும் இருக்கின்றனர்; அதனால் அவர் தீயராகவும், மடையராகவும், துக்கிகளாகவும் முதிர்கின்றனர்.

அகமே புறம்

ஒவ்வொரு வகை துக்கமும் பிசகான ஒரு மனோ நிலைமையிலிருந்து வருகின்றது. ஒவ்வொரு வகை சுகமும் சரியான ஒரு மனோ நிலைமையில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கின்றது. மன நேர்மையே சுகம்; மனக் கோணலே துக்கம். ஒரு மனிதன் பிசகான மனோ நிலைமைகளில் வசிக்கிற பொழுது பிசகாக வாழ்ந்து கொண்டும், துன்பத்தை எப்பொழுதும் அநுபவித்துக்கொண்டும் இருப்பான். துன்பம் மடமையில் வேரூன்றியிருக்கின்றது; இன்பம் அறிவில் ஒட்டிக்கொண்டிருக்கின்றது. தனது மடமையையும் குற்றத்தையும் மயக்கத்தையும் ஒழிப்பதினாலேயே மனிதன் வீட்டை அடைவான். எவ்விடத்தில் பிசகான மனோ நிலைமைகள் இருக்கின்றனவோ அவ்விடத்தில் பந்தமும் அமைதியின்மையும் இருக்கின்றன; எவ்விடத்தில் சரியான மனோ நிலைமைகள் இருக்கின்றனவோ அவ்விடத்தில் மோக்ஷமும் அமைதியும் இருக்கின்றன.

சில பிசகான மனோ நிலைமைகளையும் அவை வாழ்க்கையில் உண்டுபண்ணும் தீய காரியங்களையும் இங்குச் சொல்லுகிறேன்:—

மனோ நிலைமைகள்.

பிசகான மனோ நிலைமைகள்.	அவற்றின் காரியங்கள்.
வெறுப்பு.	நோ, இம்சை, கேடு, துன்பம்.
காமம்.	புத்திமயக்கம், சயமை, பழி, வறுமை.
வெலீகல்.	அச்சம், அமைதியின்மை, துக்கம், நஷ்டம்.
அகங்காரம்.	ஆசாபங்கம், மனவருத்தம், சுயபுத்தியின்மை.
வீண் பெருமை.	வியஸனம், ஆன்ம அழிவு.
குற்றஞ்சார்த்தல்.	குற்றஞ்சார்த்தப்படுதல், வெறுக்கப்படுதல்.
கெட்ட எண்ணம்.	தோல்விகள், தொந்தரைகள்.
மீதூண்.	சங்கடம், யுக்தியின்மை, முரட்டுத்தனம், வியாதி, அசட்டை.
கோபம்.	வலிமையையும் செல்வாக்கையும் இழத்தல்.
அவா அல்லது தனக்கடிமை.	வியசனம், மடமை, துக்கம், உறுதியின்மை, தனிமை.

மேற் சொல்லிய மனோ நிலைமைகள் இன்மைப் பொருள்கள்; அவை இருளினுடையவும் இழவினுடையவும் நிலைமைகள், மெய்யான சக்தியின் நிலைமைகளல்ல. தீமை ஒரு சக்தியன்று; அது நன்மையை அறியாதிருத்தலும் பிசகாக உபயோகித்தலுமே. அன்பின் பாடத்தைச் சரியாகக் கல்லாதவனே வெறுப்பவன்; அதனால் அவன் துன்பத்தை அநுப

விக்கிருன். அவன் அதைச் சரியாகக் கற்றுக் கொண்டபொழுது வெறுப்பு ஒழிந்துவிடும்; அவன் வெறுப்பின் இருண்ட தன்மையையும் வலியின்மையையும் காண்பான். ஒவ்வொரு பிசகான நிலைமையும் இத்தன்மையதே.

சில சரியான மனே நிலைமைகளையும் அவை வாழ்க்கையில் உண்டுபண்டும் நல்ல காரியங்களையும் இங்குச் சொல்லுகிறேன்:—

சரியான மனே நிலைமைகள்.	அவற்றின் காரியங்கள்.
அன்பு.	இனிமையான நிலைமைகள், இன்பம், பேரின்பம்.
தூய்மை.	புத்தித் தெளிவு, ஆனந்தம், அசையாத நம்பிக்கை.
சுயநயமின்மை.	தைரியம், திருப்தி, சந்தோஷம், ஆக்கம்.
அடக்கம்.	அமைதி, மௌனம், மெய்ஞ்ஞானம்.
சாந்தம்.	சமாதானம், சகல சந்தர்ப்பங்களிலும் திருப்தி யுடைமை.
இரக்கம்.	காக்கப்படுதல், நேசிக்கப்படுதல், மதிக்கப்படுதல்.
நல்லெண்ணம்.	சந்தோஷம், வெற்றி.
தன்னை யடக்கல்.	மனோசாந்தி, சரியான யுக்தி, நாகரிகம், ஆரோக்கியம், கவுரவம்.
பொறுமை.	மனோவலிமை, அதிகச் செல்வாக்கு.
தன்னை வெல்லல்.	அறிவு, ஞானம், அகப்பார்வை, நிலையான சமாதானம்

மனோ நிலைமைகள்.

மேற்சொல்லிய சரியான மனோ நிலைமைகள், மெய்யான சக்தி, ஒளி, இன்பம், அறிவு, இவற்றின் நிலைமைகள். நல்ல மனிதன் அறிகிறான். அவன் தனது பாடங்களைச் சரியாகக் கற்றுக்கொண்டான்; அதனால் அவன் தனது வாழ்க்கையை உண்டுபண்ணும் பல ஒழுக்கங்களையும் காண்கிறான். அவன் அறிவடைந்திருக்கிறான்; அதனால் அவன் நன்மையையும் தீமையும் அறிகிறான். அவன் தெய்வத்திற்கு ஒத்த காரியங்களை மாத்திரம் செய்துகொண்டு மேலான ஆநந்தத்தை அநுபவிக்கிறான்.

பிசகான மனோ நிலைமைகளைக் கொண்டிருக்கிற மனிதன் சரியாக அறியமாட்டான். அவன் நன்மைதீமைகளையும், தன்னையும் தனது வாழ்வையும் உண்டுபண்ணும் அகமூலங்களையும் அறியவில்லை. அவன் துக்கத்தை அநுபவிக்கிறான்; தனது துக்கத்திற்கு மற்றவர்களை முற்றிலும் காரணம் என்று நம்புகிறான். அவன் வாழ்க்கையின் இலக்ஷியத்தைக் காணாமலும், காரியங்களின் நிகழ்ச்சியில் நியாயத்தையும் ஒழுங்கையும் காணாமலும், குருட்டுத்

தனமாக வேலைசெய்து கொண்டும் இருளில் வாழ்ந்துகொண்டும் இருக்கிறான்.

எவன் உயர்தரவாழ்வைப் பூரணமாக அடையக் கோருகிறானோ, எவன் காரியங்களின் உண்மையான ஒழுங்கையும் வாழ்க்கையின் நோக்கத்தையும் தெளிவாகக் காண்பதற்கு விரும்புகிறானோ, அவன் சகல பிசகான அக நிலைமைகளையும் விட்டு, நன்மையைச் செய்வதில் இடைவிடாது முயல்க. அவனுக்குத் துன்பமாவது, சந்தேகமாவது, துக்கமாவது, நேர்ந்தால் அவன் அதன் காரணத்தைக் காணும் வரை தனது அகத்துள் தேடுக; அவன் அதனைக் கண்ட மாத்திரையில் வேரோடு நீக்கி விடுக. அவன் தனது அகத்திலிருந்து ஒவ்வொரு நாளும் அதிக நன்மையும் கொஞ்சந் தீமையும் புறப்படும்படி தனது அகத்தைக் காத்துச் சுத்தப்படுத்துக; அப்படிச் செய்வதால் அவர் நாளுக்கு நாள் அதிக பலத்தையும், மேன்மையையும், ஞானத்தையும் அடைவான்; அதனால் அவனது இன்பம் அதிகரிக்கும்; மெய்யொளி அவன் அகத்துள் மேன்மேலும் அதிகப் பிரகாசமாக வளர்ந்து, சகல இருளையும் நீக்கி, அவனது மார்க்கத்தை விளக்கிக் காட்டும்.

வேண்டுகோள்.

மெய்ப்பொருளின் மாணவர்களே, ஒழுக்கத்தை நேசிக்கிறவர்களே, ஞானத்தை நாடுகிறவர்களே, சுயநய வாழ்வின் வெறுமையை அறிந்து துக்க முறுகின்றவர்களே, பேரழகும் பேரின்பமும் பொருந்திய வாழ்வைக் கோருகின்றவர்களே, நீங்கள் இப்பொழுதே ஆயத்தமாகி ஒழுக்கவழியாக நடந்து நல்ல வாழ்வை அடையுங்கள்.

உங்களைப்பற்றி நீங்கள் கொண்டிரா நின்ற தப்பு நம்பிக்கையைத் தூர விட்டு விடுங்கள்; நீங்கள் எப்படி யிருக்கிறீர்களோ அப்படியே உங்களை நோக்குங்கள். ஒழுக்கநெறி எப்படி யிருக்கிறதோ அப்படியே அதனைப் பாருங்கள். மெய்ப்பொருளை அடைவதற்குச் சோம்பலான வழி ஒன்றும் இல்லை. மலையின் உச்சியின் மேல் ஏறி நிற்க விரும்புகிறவன் பிரயாசப்பட்டு ஏறவேண்டும்; பலத்தைச் சேகரிப்பதற்குமட்டும் இடையில் தங்கவேண்டும். மேக

மற்ற மலையுச்சியினும் மலைமேல் ஏறுதல் குறைந்த பெருமையுள்ளதாகத் தோன்றினும் அது (ஏறுதல்) பெருமை வாய்ந்ததே. ஒழுக்கம் தன்மாத்திரையிலே அழகு வாய்ந்தது; ஒழுக்கத்தின் அந்தம் இனிமை நிறைந்தது. ஆன்றோரும்

" ஒழுக்கம் விழுப்பந் தரலா னொழுக்க
முயிரினு மோம்பப் படும். "

என்று கூறியுள்ளார்.

அதி காலையில் எழுந்து தியானம் செய்யுங்கள். ஜயிக்கப்பட்ட உடம்போடும், பல வீனத்தையும் பாவத்தையும் ஒழிக்கத்தக்க உறுதியான மனத்தோடும் ஒவ்வொரு நாளையும் தொடங்குங்கள். தீயகவர்ச்சியை முன்னதாகவே சன்னத்தமாகாத மனத்தால் வெல்ல முடியாது. அமைதியான நேரத்தில் மனத்திற்கு ஆயுதம் தரித்து அதனை யுத்தத்திற்குச் சன்னத்தமாக்கவேண்டும். காண்பதற்கும், அறிதற்கும், தெளிதற்கும், அதனைப் பழக்கவேண்டும். சரியான அறிவு முதிர்ந்தபொழுது பாவமும் தீயகவர்ச்சியும் மறைந்துபோகின்றன. ஆன்றோரும் "அறிவற்றங் காக்குங் கருவி." என்று கூறியுள்ளார்.

வேண்டுகோள்.

சரியான அறிவு தளராத நன்னடக்கையால் உண்டாகின்றது. மெய்ப்பொருளை ஒழுக்கத்தாலன்றி வேறொன்றால் அடையமுடியாது. முயற்சியும் அப்பியாசமும் பொறுமையை வளர்க்கும்; பொறுமை நன்னடையை நிலை நிறுத்தும்.

ஒழுக்கத்தைக் கொள்ளுதல் பொறுமையற்ற மனிதனுக்கும் சுயநய மனிதனுக்கும் கஷ்டம் ; அதனால் அவன் அதனைக் கைவிட்டு ஒழுங்கீனமாகவும் குழப்பமாகவும் வாழ்ந்து கொண்டிருக்கிறான்.

ஒழுக்கம் மெய்ப்பொருளை நேசிக்கிறவனுக்குச் கஷ்டமாயிருப்பதில்லை; அவன் காத்திருந்து, வேலை செய்து, வெற்றியடையும் அளவற்ற பொறுமையைக் காண்பான். தனது மலர்கள் நாளுக்கு நாள் திரட்சியடைந்து வருவதைக் காணும் தோட்டக்காரனது உவகையைப் போலத் தூய்மை, ஞானம், இரக்கம், அன்பு என்னும் தெய்விக மலர்கள் தனது அகத்தோட்டத்தில் நாளுக்கு நாள் வளர்ந்து வருவதைக் காணும் ஒழுக்க மனிதனது உவகையும் நாளுக்குநாள் வளர்ந்து கொண்டிருக்கும்.

ஒழுங்கீனமாக வாழ்கின்றவன் துன்பத்திலிருந்தும் துக்கத்திலிருந்தும் தப்பமுடியாது.

ஒழுங்கு செய்யப்படாத மனம் காமக்குரோ தத்தின் பயங்கரமான யுத்தத்தில் பலமிழந்து துணையற்று வீழ்கின்றது. ஆன்றோரும் "இழுக் கத்தி னெய்துவ ரெய்தாப் பழி." என்று கூறியுள்ளார்.

மெய்ப்பொருளை நேசிக்கிறவர்களே, உங் கள் மனத்தை ஒழுங்கு செய்யுங்கள். எச் சரிக்கையோடும், ஆலோசனையோடும், உறுதி யோடும் இருங்கள். உங்கள் முத்தி உங்கள் அருகில் இருக்கிறது; உங்கள் ஆயத்தமும் முயற்சியும் வேண்டுவன. நீங்கள் பத்துத் தட வை தவறினும் அதைரியப் படாதீர்கள்; நீங் கள் நூறு தடவை-தவறினும் ஊக்கத்துடன் எழுந்து உங்கள் வழியைத் தொடருங்கள்; நீங்கள் ஆயிரம் தடவை தவறினும் தளர்ச்சி அடையாதீர்கள். சரியான மார்க்கத்தில் பிர வேசித்த பின்னர், அந்த மார்க்கத்தில் நின்று சிறிது தவறினும், வெற்றி யடைதல் நிச்சயம்.

முதலில் யுத்தம்; முடிவில் வெற்றி. முத லில் வேலை, முடிவில் ஓய்வு. முதலில் எளி மை; முடிவில் வலிமை. தொடக்கத்தில் தாழ்ந்த வாழ்வு, யுத்தத்தின் சந்தடி, யுத்தத்தின் குழப்பம்; இறுதியில் உயர்ந்த வாழ்வு, மௌ னம், சாந்தி.

முற்று.

மனம்போல வாழ்வு.

ஸ்ரீமான் வ. உ. சிதம்பரம்பிள்ளை யவர்கள்
இயற்றியுள்ள

இந்நூலைப் பற்றிய அபிப்பிராயங்கள்:—

இம்மொழி பெயர்ப்பு முன்னூலிலுள்ள வண்ணமே இனிய செந்தமிழ் நடையில் சொன்னயங்களுடன் பொருத்தமா யமைந்து பொலிவெய்தி யுள்ளது. இந்நூல் மனோபலமே நம் முற்போக்கிற்கு இன்றியமையாத துணையா மென்பதை மிக நேர்த்தியாகத் தாய், தந்தை, குரு போன்று கூறுகின்றது. இந்நூலை யாம் முற்றும் பார்த்ததில் பிள்ளையவர்களின் செந்தமிழ்க் கல்வி வலிமையும், நடையும், போக்கும், பழக்கமும், ஆழ்ந்த கருத்தும் சாலவும் வியக்கற்பாலனவா யுள்ளன. — **சூரியோதயம், புதுச்சேரி.**

இதனை ஒருமுறை படித்துப் பார்த்தால் ஸ்ரீமான் பிள்ளையவர்களுக்குத் தமிழிலிருக்கும் விசேஷ பாண்டித்யம் நன்கு விளங்கும். இதை ஒவ்வொரு பாரதனும் கட்டாயமாய்ப் படித்துணர வேண்டியது.—**இந்தியா, புதுச்சேரி.**

மனம்போலிருக்கும் மங்கிலிய மாதலால் நாம் முதலில் மனத்தைத் திருத்திக்கொள்ள வேண்டும். அதற்கு இப்புஸ்தகம் மிக்க சாதகமாம். — **விவேக சிந்தாமணி, மைலாப்பூர், சென்னை.**

இப்புஸ்தகத்தில் சொல்லப்பட்டிருக்கும் அருமையான விஷயங்கள் யாவும் ஒவ்வொருவரும் அறிந்து

கொள்ள வேண்டியது முக்கியம். இந்துக்கள் எல்லோரிடத்திலும் இதில் ஒவ்வொரு புஸ்தகம் இருக்கவேண்டியது மெத்தவும் அவசியம்.—**தென்னிந்தியா மித்திரன், கும்பகோணம்.**

இதில் தமிழ் தத்துவஞானிகளும் தமிழாசிரியர்களும் கூறியுள்ள உண்மைகள் பல அடங்கியிருக்கின்றன. இது தெளிவும் இனிமையும் நிறைந்த செந்தமிழ் நடையில் எழுதப்பட்டுள்ளது. இதனை இயற்றியதற்காகத் தமிழுலகம் இந்நூலாசிரியருக்குக் கடமைப்பட்டுள்ளது. — **தென்னிந்தியா மெயில், மதுரை.**

இதன் முதனூலை எழுதியவர் அன்னிய தேசத்தாராயினும் நமது தேசத்து வேதாந்த சாஸ்திரத்தின் உண்மைகளை நன்கு தெளிந்துணர்ந்த அறிஞர். மொழி பெயர்த்தவருடைய மஹிமையைப் பற்றி நான் எழுதத் தகுதியுடையவன் அல்லன். அறிவிலே தெளிவும், நெஞ்சிலேஉறுதியும் கொண்டு தம் வாழ்நாளைப்பொருளும் பயனும் உடைய தாக்கவிரும்பும் தமிழர்களெல்லோரும் இந்தப் புஸ்தகமொன்று வாங்கி எப்போதும் திரும்பத்திரும்பப் படித்துவரவேண்டும்—**பிரஹ்மஸ்ரீ ஸி. சுப்பிரமணிய பாரதியவர்கள், புதுச்சேரி.**

இம்மொழி பெயர்ப்பு மிக நன்றாகவும் அழகாகவும் செய்யப்பட்டுள்ளது. இது இனிய செந்தமிழ் நடையில் சாதாரண ஜனங்களுக்குப் பொருத்தமாக எழுதப்பட்டுள்ளது. பொது ஜனங்கள் இதனை வாங்கிப் படிக்கவேண்டுமென்று நாம் விரும்புகிறோம். — **இந்து, சென்னை.**